

"BU KİTAP ŞIFACI OLMAK İSTEYEN, SAĞLIK VE BAKIM ALANINDA ÇALIŞAN, GERÇEK İNSAN VARLIĞINI ANLAMAK İÇİN ÇABALAYAN HERKES TARAFINDAN MUTLAKA OKUNMALI!" - ELIZABETH KUBLER-ROSS

İŞIĞIN ELLERİ

*İnsan enerji alanı üstünde
şifacılık rehberi*



BARBARA ANN BRENNAN

Çizimler: Jos.A.Smith

META

İŞIĞIN ELLERİ

İNSAN ENERJİ ALANI ÜSTÜNDE ŞİFACILIK REHBERİ

Barbara Ann Brennan

**Sağlık, İlişkiler ve Hastalık
Konularında
İnsanoğlu İçin Yeni Bir Model**

Çeviren: Aylin Çevik



Bu kitap yuvaya giden yol üstündeki tüm yolculara adanmıştır.

Sevgi, evrenin yüzü ve bedenidir. Evrenin bağlayıcı dokusu, yapıldığımız maddedir. Sevgi, bütüne ve Evrensel İlahiliğe bağlı olmak deneyimidir.

Katlanmak zorunda kalınan her şey, korku ve kendinden nefreti yaratan ve sonuçta hastalığa sebep olan ayrılık yanılışmasından kaynaklanır.

Yaşamınızın hakimi sizsiniz. Düşündüğünüzden daha fazlasını yapabilirsiniz, buna "ölümcül hastalık"tan kendinizi kurtarmak da dahil.

Aslında tek "ölümcül hastalık", bedenli olmaktır. Ve aslında bedenli olmak da tam anlamıyla "ölümcül" değildir, çünkü ölüm, yalnızca var olmanın başka bir düzeyine yapılan geçiştir.

Yaşama olan normal bağlarınızın dışına adım atmanız ve kendinizi farklı bir bakışla görmeniz için sizi yüreklendirmek istiyorum. Her dakika yeniden doğmanız için hayatın keskin ucunda dolaşma cesaretini bulmanız için sizi yüreklendirmek istiyorum.

Yaşam deneyiminizin yeniden biçimlenmesi için sizi yüreklendirmek istiyorum.

İÇİNDEKİLER

Önsöz.....	15
------------	----

1. Kısım – Bir Enerji Gezegeninde Yaşamak

1. Bölüm	Şifa Deneyimi.....	23
2. Bölüm	Bu Kitabı Nasıl Kullanmalı?	29
3. Bölüm	Rehberliğin Gelişimi ve Eğitime Dair	33

2. Kısım – İnsan Aurası

Giriş	Kişisel Deneyim	39
4. Bölüm	Kendimizi Nasıl Gördüğümüz ve Gerçek Halimiz Arasındaki Paralellikler ve Batı'daki Bilimsel Görüşler	41
5. Bölüm	İnsan Enerji Alanı Üstüne Bilimsel Araştırmaların Tarihi	49
6. Bölüm	Evrensel Enerji Alanı.....	55
7. Bölüm	İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası	59

3. Kısım – Psikodinamikler ve İnsan Enerji Alanı

Giriş	Terapi Deneyimi.....	77
8. Bölüm	İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi	79
9. Bölüm	Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri	89
10. Bölüm	Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı.....	97
11. Bölüm	Terapi Seanslarında Aura Gözlemleri	105
12. Bölüm	Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri	115
13. Bölüm	Ana Karakter Yapılarında Aura ve Şakra Örnekleri	121

4. Kısım – Şifacının Algısal Araç Gereçleri

Giriş	Hastalığın Nedeni.....	143
14. Bölüm	Gerçekliğin Ayrılması	145
15. Bölüm	Enerji Bloklarından Fiziksel Hastalığa	149
16. Bölüm	Şifa Sürecine Genel Bir Bakış.....	157
17. Bölüm	Bilgiye Doğrudan Erişim.....	163
18. Bölüm	İçsel Görü.....	167
19. Bölüm	Yüksek İşitsel Algılama ve Ruhsal Öğretmenlerle İletişim.....	177
20. Bölüm	Heyoan'ın Gerçeklik Benzetmesi	185

5. Kısım – Ruhsal Şifa

Giriş	Enerji Alanınız Sizin Aracınızdır	193
21. Bölüm	Şifaya Hazırlık.....	195
22. Bölüm	Tam Spektrum Şifası	209
23. Bölüm	Renk ve Ses ile Şifa.....	245
24. Bölüm	Zaman Ötesi Travmalarda Şifa.....	251

6. Kısım – Kendi Kendine Şifa ve Ruhsal Şifacı

Giriş	Dönüşüm ve Kişisel Sorumluluk	261
25. Bölüm	Yeni Tıbbın Yüzü: Hasta, Şifacı Oluyor	263
26. Bölüm	Sağlık: Kendiniz Olma Mücadelesi.....	271
27. Bölüm	Şifacının Gelişimi.....	277
	Bibliyografya	285

ÇİZİMLER

Tüm renkli çizimler, sayfa 64-65 arasında yer almaktadır.

6-1. Lapis Taşının Bitki Aurasına Etkisi	56
6-2. Hayalet Yaprak Etkisinin Kontrolü	57
7-1. Normal Aura	Renkli sayfa
A. Görünen üç katman	
B. Görünen yedi katman	
7-2. Şakraların Konumu	62
A. yedi ana şakra	
B. yirmi bir ikincil şakra	
7-3. Yedi Ana Şakra, Ön ve Arkadan Görünüşleri	64
7-4. Yedi Katmanlı Aurik Vücut Sistemi	65
7-5. Ana Şakralar ve Vücudu Besledikleri Alanlar	66
7-6. Gelen Öncül Enerjinin Metabolik Yolu	67
7-7. Esiri Beden	Renkli sayfa
7-8. Duygu Bederi	Renkli sayfa
7-9. Mantal Beden	Renkli sayfa
7-10. Astral Beden	Renkli sayfa
7-11. Esiri Kalıp Düzeyi	Renkli sayfa
7-12. Göksel Beden	Renkli sayfa
7-13. Ketherik Kalıp Düzeyi	Renkli sayfa
7-14. Parmak Uçlarında Aura	72
8-1. Bebeğin Normal Aurası	81
8-2. Yetişkin ve Bebeklerde Şakra	83
9-1. Ana Şakralar ve Psikolojik İşlevleri	91
10-1. Sarkaçla Şakra Radyestezisi	99
10-2. Enerji Merkezi Tanıları	100
10-3. Yoğun İnziva Vakası Çalışması— Şakra Okumaları	103
11-1. Hareket Halinde Aura	Renkli sayfa
A. Normal aura	
B. Şarkı söyleyen müzisyen	
C. Sevddiği konuda konuşma yapan adam	
D. Eğitime tutkusu hakkında konuşan adam	
E. Öz enerji dersi sonrası bir kadın	
F. Genelde bu renk tişört giyen adam	
G. Alanı artırmak için meditasyon yapan kadın	
H. Hamile kadın	

11-2. Terapi Seanslarında Görünen Auralar	Renkli sayfa
A. Oyun oynayan on bir yaşındaki çocuk	
B. Babasının ölümüyle ilgili güçlü duygular taşıyan kadın	
C. İfade edilen öfke	
D. İçerilen öfke	
E. Kokain çekmeyle oluşan esiri sümük	
F. Çok LSD alan adam	
G. Başını daima belirli bir açıyla kaldıran adam	
H. Aura ağırlık kazanmış görünüyor	
11-3. Ayrışmış Düşünce Şekli	111
11-4. Biyoenerjetik Tabure Üzerinde Çalışan Adam	112
11-5. Pembe Enerji Bulutuyla Savunma Yaratan Kadın	Renkli sayfa
12-1. Enerji Bloklarının Çeşitleri	116
A. Dır dır bloğu	
B. Sıkıştırma bloğu	
C. Ağ zırhı	
12-2. Enerji Bloklarının Çeşitleri	117
A. Tabaka zırhı	
B. Enerji tüketme	
C. Enerji sızıntısı	
12-3. Enerjik Savunma Mekanizmaları	119
13-1. Her Karakter Yapısının Ana İfadeleri Kişiliğin Yapısı	122
13-2. Her Karakter Yapısının Ana İfadeleri Fiziksel ve Enerjetik Sistem	123
13-3. Her Karakter Yapısının Ana İfadeleri İnsan İlişkileri	124
13-4. Şizoid Karakterin Aurası	126
13-5. Oral Karakterin Aurası	129
13-6. Psikopatik Karakterin Aurası	131
13-7. Mazoşist Karakterin Aurası	133
13-8. Katı Karakterin Aurası	136
15-1. Var Olduğumuz Gerçekliğin Düzeyleri	150
15-2. Aurik Düzeylerde Şuurun İfade Edilişi	151
15-3. Sağlığı Yaratan Süreç	152
15-4. Hastalığın Dinamik Süreci	153
15-5. Bozunmuş Şakralar	155
16-1. İçsel Şifa Süreci	158

18-1. İçsel Görüyle Görülen Omuz Hasarı	168	22-7. Aurik Alanın Şelasyonu Sırasında Enerji Akışı.....	215
18-2. Kasık İltihabı ve Yumurtalık Kistinin İyileştirilmesi (İçsel Görü)	170	22-8. Bilek ve Diz Eklemi Arasında Auranın Şelasyonu	217
18-3. İçsel Görü	Renkli sayfa	22-9. Diz ve Kalça Eklemi Arasında Auranın Şelasyonu	218
A. Kasık İltihabı, Yumurtalık Kisti ve Fibroz		22-10. Kalça Eklemi ve İkinci Şakra Arasında Auranın Şelasyonu	219
B. Fibrozlar ve Bozunmuş Pübik Şakra		22-11. İkinci ve Üçüncü Şakralar Arasında Auranın Şelasyonu	220
18-4. Kalp Problemlerine İçsel Görüyle Bakış.....	171	22-12. Üçüncü ve Dördüncü Şakralar Arasında Auranın Şelasyonu	221
18-5. Mikroskobik İçsel Görü.....	172	22-13. Omurga Temizlenmesi	223
18-6. İçsel Görünün Anatomisi.....	173	22-14. Aurik Alanın Derinliğine Enerji Akıtma	224
19-1. Yedi Şakranın Duyuları.....	181	22-15. Eterik Kalıp Şifası: Ruhsal Ameliyat.....	227
20-1. Algılayış Konimiz	186	22-16. Lenfatik Sistemin Ketherik Kalıp Şifası.....	230
A. Algılayış Konimizin Grafikselleştirilmesi		22-17. Ketherik Kalıp Şifası: Ruhsal Ameliyat	231
B. Algılayış Konimizin Ruhsal Yorumu		22-18. Göksel Düzey Şifası (Altıncı Tabaka).....	234
20-2. Algılayış Konimizin Sınırlarının Tanımlanması ...	188	22-19. Şifayı Tamamlarken Auranın Ketherik Kalıp Düzeyini Mühürleme.....	236
A. Yüksek Duyusal Algılamayla Artırılan Algılayış Konisi		22-20. Şifadan Sonra Hastanın Aurası.....	Renkli sayfa
B. Kişisel Gerçeğin Tanımıyla Kısıtlanan Algılayış Konisi		22-21. Sekizinci Düzey Kalkanı Yerleştirme	Renkli sayfa
21-1. Eklem Egzersizleri	197	22-22. Sekizinci Düzey Kalkanını Mühürleme	240
21-2. Şakrayı Yükleme ve Açmak için Fiziksel Egzersizler	200	23-1. Yaşam Görevimiz Düzeyinde Renklerin Anlamı	246
21-3. Şakrayı Yükleme ve Açmak için Duruş ve Nefes Egzersizleri	202	23-2. Şifada Renk Kullanımı	247
21-4. Ayakta Renk Meditasyonu	205	24-1. Aurada Geçmiş Yaşam Travması.....	Renkli sayfa
22-1. Şifa Sıralaması	209	24-2. Aurik Sümüğü Kristal ile Uzaklaştırma	Renkli sayfa
22-2. Ayak Refleksolojisinin Ana Noktaları.....	211	24-3. Aura Temizlendikçe Beliren Geçmiş Yaşam Mızrağı	255
22-3. Şelasyon Grafiği	213	24-4. Ketherik Kalıp Şifasının Altın İplikleri.....	256
22-4. Şifadan Önce Hastanın Aurası.....	Renkli sayfa	24-5. Şifa Bulan Üçüncü Şakranın Ketherik Düzeyi	256
22-5. Vücudun Sağ ve Sol Yanları Arasında Denge Kurmak ve Ayaklarda Enerji Akımını Başlatmak.....	214	25-1. David Vakası.....	264
22-6. Hastanın ve Şifacının Aura Alanı ile Evrensel Enerji Alanı Arasındaki Denge.....	Renkli sayfa		

YAPILACAK EGZERSİZLER

6. Bölüm	Evrensel Enerji Alanını "Görmek"	55	21. Bölüm	Şifacının Akupunktur Hatlarını Açması İçin Günlük Egzersizler.....	195
7. Bölüm	İnsan Aurasını Görmek.....	59		Şakraları Açmak ve Yükleme İçin Fiziksel Egzersizler (Aurik Alanın 1.-3. Düzeyleri).....	198
8. Bölüm	Psşik Mekanları Duyumsamak.....	84		Şakraları Açmak İçin İmgeleme (Aurik Alanın 4. Düzeyi).....	198
10. Bölüm	Sarkaçla Şakralara Tarı Koymak	97		Şakraları Açmak ve Yükleme İçin Nefes ve Duruş Egzersizleri (Aurik Alanın 5.-7. Düzeyleri).....	199
11. Bölüm	Diğer İnsanların Aurlarını Gözlemlemek... Enerji Alanının Aşıkır Ağırlığını Deneyimlemek.....	105 108		Aurayı Yükleme İçin Renk Soluma Meditasyonu	204
12. Bölüm	Ana Savunmanızı Bulmak.....	120		Topraklanma İçin Titreşim Egzersizi	206
13. Bölüm	Karakter Yapınızı Bulmak.....	138		Merkezlenme İçin Oturma Meditasyonları	206
14. Bölüm	İşsel Duvarınızı Keşfetmek	146	22. Bölüm	Bir Şifa Günü İçin Güç Toplamak	209
	Duvarınızı Eritmek.....	146		Ruhsal Rehberlerin Çalışma Alanınıza Girmesine İzin Vermek.....	225
15. Bölüm	Hastalığın Kişisel Anlamını Bulmak.....	156	23. Bölüm	Gönderdiğiniz Rengi Kontrol Etmek.....	245
17. Bölüm	Kinestetik Duyunuzu Güçlendirmek	163	24. Bölüm	Doğrusal Olmayan Zamanı Deneyimlemek	251
	Görme Duyunuzu Güçlendirmek	163			
	İşitme Duyunuzu Güçlendirmek	164	26. Bölüm	Heyeon'ın Kendi Kendine Şifa Meditasyonu	274
18. Bölüm	İşsel Görüyü Oluşturmak.....	174		Sınırlamalarınızı Eritme Meditasyonu	275
	1) Beden İçinde Yolculuk.....	174			
	2) Bir Arkadaşı Taramak.....	175	27. Bölüm	Korkularınızı Bulmak.....	278
	3) Üçüncü Göz Tarayıcısını Açmak İçin Meditasyon.....	175		Olumsuz İnançlarınızı Bulmak.....	278
19. Bölüm	Ruhsal Rehberlik Almak.....	178		Şifacı Olmaya Hazır Olup Olmadığınızı Anlamak.....	283
	Aurik Düzeylerinizi Deneyimlemenizi Güçlendirmek İçin Meditasyonlar	183		Şifanın Yapısı Üstüne Düşünmek.....	284

ÖNSÖZ

Bu, Shakespeare'den alıntı yapmak için uygun bir dönem: "Cennet ile Dünya arasında insanoğluna yabancı olan daha çok şey var." Bu kitap, kendi fiziksel ve duygusal işleyişine dair klasik tıbbın çerçevesi dışında bir anlayış arayanlara sesleniyor. Bu kitap, fiziksel ve metafiziksel yöntemlerle şifa verme sanatına odaklanıyor. Ve bu kitap ilk defa Wilhelm Reich, Walter Canon, Franz Alexander, Flanders Dunbar, Burr ve Northrup ile psikosomatik alanında araştırma yapan diğer kişiler tarafından sunulmuş olan kavramlara yeni boyutlar da getirmektedir.

Kitabın içeriği, insan enerji alanı ve aura ile ilgili araştırmaların tarihinin yanı sıra şifa deneyimleri ile ilgili bilgileri de kapsamaktadır. Psikodinamikler ile insan enerji alanı konularını birbirine bağlaması açısından elinizdeki bu kitap, kendi alanında tektir; enerji alanının varyasyonlarını, kişilik fonksiyonlarına bağlı olarak tanımlamaktadır.

Kitabın ikinci yarısı, hastalıkların nedenlerini açıklamakta ve auranın enerji bozukluklarına bağlı olan hastalıkların nedenlerini metafiziksel kavramlarla açıklamaktadır. Okuyucu bu kitapta ayrıca şifacı ve hasta ile ilgili olarak ruhsal şifanın yapısını da bulacaktır.

Bu kitap, geleneksel bilim eğitimi alarak fizikçi ve psikoterapist olarak yetişmiş olan yazarın kişisel deneyimlerine dayanarak hazırlanmıştır. Objektif bilgi ve sübjektif deneyimlerin biraraya gelmesi, şuuru objektif bilginin sınırlarının ötesine genişleten özgün bir tarz oluşturmaktadır.

Böyle bir yaklaşıma açık olanlar için bu kitap, öğrenme ve deneyim edinme yolunda geniş bir kaynak sağlayacaktır. Bununla ilgili itirazları olanlara, zihinlerini şu temel soruya açmalarını öneririm: "Mantık ve objektif bilimsel deneyin ötesindeki bu yeni anlayışın var olması olasılığı var mıdır?"

Bu kitabı, fiziksel ve metafiziksel düzeyde yaşam fenomeni hakkında heyecan duyan herkese öneriyorum. Yazarın uzun yıllar boyunca edindiği deneyimler ve çabalarının bir ürünü olan bu eser, onun şifacılık alanına hediyesi niteliğindedir. Okuyucu, bu kitap sayesinde sorular ve yorumlarla dolu yeni bir sahaya adım atacaktır.

Kendi objektif ve sübjektif deneyimlerini dünyaya sunma cesareti gösteren Bn. Brennan, övgüyü hak etmektedir.

Dr. John Pierrakos
CORE Energetics Enstitüsü
New York City

TEŞEKKÜRLER

Öğretmenlerime teşekkür etmek isterim; kalabalık olduklarından, onları çalışma sırama göre düzenleyeceğim. Önce Dr. Jim Cox ve Bn. Ann Bowman, özellikle biyoenerjik beden çalışması konusunda beni yetiştirdiler. Şifa çalışmalarının yürütülmesi için kurulan Core Energetics'te çalışan Dr. John Pierrakos ile pek çok yıl çalıştım; psikodinamik beden çalışmaları sırasında tarık olduğum aurik fenomen alanındaki eğitimimde kendisi beni oldukça etkilemiştir. Teşekkürler John. Pathwork olarak adlandırılan ruhsal çalışmalardaki yardımı nedeniyle de Bn. Eva Pierrakos'a minnettarım. Şifa alanındaki hocalarım vaiz C. B. ve vaiz Rosalyn Bruyere'e de teşekkür borçluyum. Ayrıca, onlara öğretmenlik yaparken öğrenmemi sağlayan öğrencilerime de çok şey borçluyum.

Bu kitabın hazırlanması aşamasında, metin aşamasında yardımı dokunan herkese, redaksiyon konusundaki yorumları için Bn. Marjorie Bair'e, bilgisayar başındaki çabası için Dr. Jac Conaway'a ve yazılarımı dizen Maria Adeshian'a çok teşekkür ediyorum. Bilgisayardaki son düzeltmeler için Bruce Austin'e de teşekkür etmek isterim. Metnin yayıma hazırlanması ve kitabın hazırlanmasındaki tüm aşamalarındaki yol göstericiliğinden ötürü Bn. Marilee Talman'a da minnettarım. Bay Eli Wilner, kızım Celia Conaway, sevgili arkadaşım Bn. Morira Shaw'a da her ihtiyacım olduğunda yanımda oldukları için teşekkür borçluyum.

Ve hepsinden önemlisi, her adımda bana yol gösteren ve bu kitaptaki gerçekleri yazmamda bana rehberlik eden ruhsal öğretmenlerime teşekkür ediyorum.

YAZAR HAKKINDA

Barbara Brennan, uygulamalı şifacı, psikoterapist ve bilimcidir. Wisconsin Üniversitesindeki eğitimini Atmosfer Fiziği üzerine tamamladıktan sonra, Goddard Uzay Uçuş Merkezinde NASA için çalışmıştır. Geçen on beş yıl boyunca insan enerji alanı üzerine çalışmalar yapmış ve Drexel Üniversitesi ve Yeni Çağ Enstitüsü için araştırmalar yapmıştır. Psikofiziksel Sentez Enstitüsü ve Tüm İnsan Derneğinde biyoenerjik terapi üzerine ve Yeni Çağ Enstitüsünde Öz Enerjeliği üzerine eğitim görmüştür. Hem Amerikalı hem de Amerikan yerlisi şifacılar ile çalışmalar yapmıştır.

Halen insan enerji alanı, şifa ve yönlendirme üzerine dersler vermektedir. Amerika Birleşik Devletleri, Kanada ve Avrupa'da uygulamalı dersler vermekte, New York City ve East Hampton'da özel uygulamalar yapmaktadır. New York, Phoenicia'daki Pathwork Birliğindeki üyeliği sürmektedir.

RESSAM HAKKINDA

Joseph A. Smith *Time*, *Harper's* ve *Newsweek*'e çizimler hazırlamaktadır. Erica Jong'un kitabı *Witches* (Cadılar) için de illüstrasyon çalışmıştır. Yazar ve heykeltıraştır, ayrıca New York'taki Pratt Enstitüsünde Güzel Sanatlar profesörüdür.

1. KISIM

BİR ENERJİ GEZEĞENİNDE YAŞAMAK

**"Kozmik din hissinin bilimsel araştırma için
en asil ve güçlü teşvik olduğunda ısrarlıyım."**

Albert Einstein

1. Bölüm

ŞİFA DENEYİMİ

Şifacı olarak uygulama çalışmaları yaptığım yıllar boyunca, pek çok hoş insanla tanışma ayrıcalığını yaşadım. Burada onların bir kısmını ve bir şifacının gününe anlam katan öykülerini bulacaksınız.

1984 yılının bir Ekim gününde ilk hastam, yirmili yaşlarının sonunda, Jenny isimli bir genç hanımdı. Yaşam dolu, iri mavi gözlü, koyu renk saçlı ve 1,80 m boyunda bir öğretmendi. Lavantayı çok sevdiği için, arkadaşları arasında "lavanta hanım" diye anılıyordu. Aynı zamanda yarım gün bir çiçekçide çalışıyor, özel günler için hoş çiçek düzenlemeleri yapıyordu. Başarılı bir reklamcıyla birkaç yıldır evliydi. Birkaç ay önce bir düşük yapmış olduğundan hamile kalamama durumu belirmişti. Neden hamile kalamadığını öğrenmek için doktoruna gittiğinde, bazı kötü haberler almıştı. Birkaç doktorun yaptığı testler ve ortak kararları sonucu, acilen yumurtalıklarının alınmasına karar verildi. Rahminde, plasentanın yapıştığı yerde birkaç habis hücre oluşmuştu. Jenny şaşırmış ve korkmuştu. O ve eşi, mad-di açıdan iyi duruma gelinceye kadar çocuk yapmama kararı almışlardı. Ama artık, bunu yapma şansına sahip değildiler.

O yılın Ağustos ayında Jenny bana ilk kez geldiğinde, bu yaşadıklarından söz etmemişti. Sadece "Bana yardım et ve vücudumda ne gördüğünü söyle. Önemli bir karar almak zorundayım," demişti.

Şifa seansı boyunca onun enerji alanını, yani aurasını, *Yüksek Duyusal Algılama* (High Sense Perception) ile gözden geçirdim. Rahminin sol alt tarafında bazı anormal hücreler gördüm. Aynı zamanda, düşük ile ilgili koşullar da gördüm. Anormal hücreler, plasentanın yapıştığı yerde bulunuyorlardı. Ayrıca Jenny'nin durumunu ve ne yapılması gerektiğini tarif eden sözler *duydum*. Duyduğum, Jenny'nin okyanus kıyısında bir aylık bir tatile gitmeye, belli vitaminler alma-

ya, belirli bir diyet ve meditasyon programına ve tek başına günde en az iki saat geçirmeye ihtiyacı olduğuydu. Bu bir aylık kendi kendine şifa sürecinden sonra, geleneksel tıp dünyasına dönebilir ve test yaptırabilirdi. Şifanın tamamlandığı ve bana bir daha gelmesine gerek kalmadığı da söylendi. Şifa sırasında, onun psikolojik tavrı ve bu tavrın kendine şifa vermedeki yetersizliğini nasıl etkilediği konusunda bilgiler aldım. Düşük yaptığı için kendini suçluyordu. Bu durum da, kendini baskı altına sokmasına ve dolayısıyla şifa işleminin gerçekleşmemesine yol açıyordu. İşin en zor kısmı, en az bir ay boyunca başka bir doktora gitmemesi ve kısırlaştırma uygulanmaması gerektiğini, bunların baskı durumunu daha da artıracağını ona söylemekti. Kalbi kırık, çünkü bir çocuk sahibi olmayı çok istiyordu. Ofisimden ayrılırken biraz rahatlamıştı, şifa seansı boyunca tüm bunları düşüneceğini söylüyordu.

Ekim ayında Jenny tekrar geldiğinde, yaptığı ilk şey bana sarılmak ve şükranlarını minik bir şiirle ifade etmektir. Tıbbi testleri normaldi. Ağustos ayını, arkadaşlarının Fire Adası'ndaki evinde onların çocuklarına bakarak geçirmişti. Diyetini uygulamış, vitaminlerini almış ve günde birkaç saat boyunca kendine şifa vermişti. Birkaç ay beklemeye karar verdi ve tekrar hamile kalmayı denedi. Bir yıl sonra dünyaya sağlıklı bir oğlan bebek getirdiğini duydum.

O gün ikinci hastam, Howard'dı. Bir süre önce tedavi etmiş olduğum Mary'nin babasıydı. Mary'nin rahminde altı şifa seansı ile temizlenen kanser başlangıcı vardı. Birkaç yıldan beri testleri temiz çıkıyordu. Kendisi de hemşire olan Mary, hemşirelere modern teknikler konusunda eğitim veren ve hastahanelere hemşire yetiştiren bir kuruluşun başındaydı. Çalışmalarım ile ilgilenmişti ve bana hasta yolluyordu.

Howard birkaç aydan beri geliyordu. Emekli bir işçiydi. Birlikte çalışılması hoş bir kişiydi.

Bana ilk geldiğinde rengi neredeyse griydi ve kalp ağrıları çekiyordu. Bitap düşmeden bir odanın içinde bile yürüyemez haldeydi. İlk seanstan sonra teni pembeleşmiş ve kalp ağrıları ortadan kaybolmuştu. İki ay süren haftalık seanslardan sonra, tekrar dans edebilecek hale gelmişti. Atardamarlarını plak tabakasından temizlemek için, Mary ve ben, bir Doğal Tedavi doktorunun tavsiyelerine uyarak şifalı bitki reçeteleriyle birlikte ellerimizle şifa uyguluyorduk. O gün, alanını dengelemeye ve güçlendirmeye devam ettim. Gösterdiği gelişme doktorları ve arkadaşları için inanılmazdı.

O gün gördüğüm bir başka hasta da Ed'di. Kol bileğindeki sorun nedeniyle bana gelmişti. Eklemeleri zayıflamaktaydı. Ayrıca cinsel ilişki sırasında orgazm olduğunda da bazı acılar çekmekteydi. Sırtı da güçsüzleşmişti, birkaç tabak bile taşıyamıyordu. İlk seansta, kuyruk sokumunun 12 yaşındayken zedelendiğini gördüm. Bu sırada, ergenlik çağının karmaşık cinsel düşünceleriyle uğraşıyordu. Geçirdiği kaza bunları azaltmış, dolayısıyla onun da bunlarla başa çıkması daha kolay hale gelmişti.

Kuyruk sokumu sola doğru sıkışmış ve omurilik sıvısının gerektiği şekilde yol almasına engel olacak duruma gelmişti. Bu da tüm enerji sisteminde bir dengesizliğe yol açıyordu. Bu durum, sırtının altından başlayarak, ortası ve üst kısmının zayıflamasına yol açıyordu. Vücudunun bir bölümü zayıfladığında, diğer bir bölümü bunu telafiye çalışıyordu. Eklemelerinde gerilim oluşmuş ve vücudundaki bu zayıflama işlemi yıllar almıştı.

Birkaç ay boyunca gerçekten başarılı bir şifa uygulaması gerçekleştirdik. Belkemiğini yerine getirme işiyle başlayarak, dengesizlik ve zayıflık halini adım adım ortadan kaldırdık. O öğleden sonra yakındığı tek sorun, sol bileğindeki zayıflıktı. Önce, tüm enerji sisteminin dengesi üzerinde çalıştık, sonra ayrıca sol bileğindeki sorun üzerinde durduk.

O gün gördüğüm sonuncu hastam Muriel'di, bir sanatçı ve tanınmış bir cerrahın karısıydı. Bu, benimle üçüncü randevusuydu. Üç hafta önce ilk kez geldiğinde, tiroit sorunu vardı. Durumu hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak için yine YDA'yı kullanmıştım. Büyüyen tiroitinde

kanser belirtisi yoktu ve doktorlarının uyguladığı ilaç tedavisi ile beraber yürütülecek iki seans ile sorun ortadan kalkabilirdi. Cerrahi müdahaleye ihtiyaç yoktu bence. Kendisine tiroidi küçültecek ilaçlar yazan birkaç doktorla görüştüğünü doğruladı. İlaçların durumunu hafifleteceğini ama yine de cerrahi müdahale gerekeceğini ve kanser riski olabileceğini söylemişlerdi. İkinci görüşmemizden bir hafta sonra ameliyata alınacaktı. Bir hafta arayla iki seans uyguladım. Ameliyat tarihine kadar durumu düzeldi ve müdahaleye gerek olmaması cerrahları pek şaşırttı. Her şey normale dönmüş mü, diye öğrenmek için kontrole geldi. Dönmüştü.

Mucize gibi görünen bu olaylar nasıl gerçekleşmişti? Bu insanlara yardım etmek için ne yapıyordum? Yaptığım şey, *dokunarak şifa*, *iman şifası* veya *ruhsal şifa* olarak adlandırılabilir bir şeydi. Bu gizemli bir şey değildi, kimi zaman karmaşık olsa da genel olarak anlaşılır bir şeydi. Bu, her birimizin çevresini saran *İnsan Enerji Alanı* dediğim düzeni tekrar dengeye kavuşturmaktı. Hepimizi çevreleyen ve fiziksel bedenimize işleyen bir enerji alanı ya da aura vardır. Bu da sağlığımızla doğrudan ilintilidir. *Yüksek Duyusal Algılama* (YDA), normal duyuların ötesinde var olanları kavramamızın bir yoludur. Normal olarak görülemeyen, duyulamayan, dokunulamayan, koklanamayan, tadılamayan şeyler bu yolla algılanır. Bu, normal görüşünüzle algılayamadığınız şeyleri bir şekilde *görmenin* yoludur. Bu, hayal etme değildir. Bazen durugörü diye ifade edilen şeye benzer. YDA, her şeyin etrafında ve içinde var olan, adeta sıvıyı andıran enerji alanlarının arasındaki karşılıklı etkileşen dinamik dünyayı ortaya çıkarır. Yaşamım boyunca içinde var olduğumu hissettiğim enerji denizinde dans ettim ve bu enerjinin bizi desteklediğini, beslediğini, bize hayat verdiğini fark ettim. Birbirimizi bu enerjiyle hissediyoruz; biz ona aitz; o bize ait.

Öğrencilerim ve hastalarım insanların enerji alanlarını ilk olarak ne zaman gördüğümü soruyorlar. Bunun işe yarar bir araç olduğunu ilk ne zaman fark ettim? İnsanların normal duyu kavramının ötesinde bir şeyler olduğunu anlama yeteneği nasıl bir şeydir? Bu bana özel bir şey mi, yoksa öğrenilebilir mi? Eğer öyleyse, kendi kavrama sınırlarını genişletmek için ne yapabilirler

ve bu onların yaşamlarına nasıl bir değer katar? Tüm bunları cevaplamak için en başa dönmek gerek.

Çocukluğum oldukça yalın geçti. Wisconsin'de bir çiftlikte büyüdüm. Etrafta birlikte oynayacak çok sayıda çocuk olmadığı için, genelde vaktimi kendi başıma geçirirdim. Odunların arasında tek başıma zaman geçirir, minik hayvanların yanıma gelmelerini beklerdim. Etrafımda olup bitenlerle kaynaşmıştım. Bu yalnızlık ve bekleme anlarının önemini çok geçmeden kavradım. Bu sessiz anlar yardımıyla normal insan deneyimlerinin ötesinde var olanları kavrama yeteneğimin geliştiği geniş şuur alanına adım attım. Küçük hayvanların nerede olduklarını hiç bakmadan bildiğimi hatırlıyorum. Yerlerini hissedebiliyordum. Odunların arasında gözüm kapalı yürür, dokunmadan ağaçların yerlerini anlayabiliyordum. Gözle görülenden daha fazla bir his uyandırdıklarını anlıyordum. Ağaçların yaşam enerji alanları vardı ve bunu hissedebiliyordum. Sonra ağaçların ve küçük hayvanların enerji alanlarını görmeyi öğrendim. Bu alanın, bir mumun ışığı gibi görülebildiğini anladım. Ve keşfettim ki, her varlığın enerji alanı, boşluk bırakmayacak şekilde birbirine bağlıydı. Her şey, ben dahil, bu enerji denizinin içinde yaşıyordu.

Bu benim için heyecan verici bir keşif değildi. Basit bir deneyimdi, bir ağacın dallarında kestane yiyen bir sincabı seyretmek gibi. Dünyanın işleyişi üzerine bu deneyimlere dayanarak teoriler üretmedim. Bunları herkesin bildiği doğal şeyler olarak kabul ettim ve bu durumu unuttum.

Ergenlik çağına girdiğimde, ormana gitmeyi bıraktım. Dünyanın işleyişi ve olayların oluş biçimi üzerine düşünmeye başladım. Dünyanın işleyişi ve düzeni hakkında sorular sormaya başladım. Üniversiteye gittim, atmosfer fiziği üzerine master derecesi aldım, NASA için araştırma çalışmaları yaptım. Eğitim aldım ve danışman oldum. İnsanlara danışmanlık yaptığım ve onların başları etrafındaki rengi hissettiğim yıllarda, ormanda çocukken hissettiklerimi yeniden hissettim. Ve anladım ki, bu anılar, *Yüksek Duyusal Algılama* veya *durugörü* olarak adlandırdığım şeyin kaynağını oluşturan deneyimlerdi. Sonunda beni kritik biçimde hasta olanlara tanı koyma ve onla-

ra şifa vermeye yönelten asıl şey, işte bu çocukluk deneyimleridir.

Geriye baktığımda, bu yeteneğimin doğumundan itibaren var olduğunu görüyorum. Sanki görünmeyen bir el bu deneyimleri kazanmamı sağlamış ve beni bulduğum duruma adım adım yaklaştırmıştı; adeta bir okulda, hayat adını verdiğimiz okulda bir sınıftan bir üst sınıfa geçer gibi.

Ormandaki deneyimlerim, duyularımı genişletmişti. Üniversite eğitimim ise, zihnimi mantıklı kullanabilmeyi öğretti. Danışmanlık eğitimim gözlerimi ve kalbimi insanlığa açtı. Son olarak ise, ruhsal eğitimim (bundan daha sonra bahsedeceğim), olağanüstü deneyimleri "gerçek"miş gibi kabul edip değerlendirmemi sağladı. Bu deneyimleri nasıl anlayacağım konusunda bir çerçeve oluşturmaya başladım. Yavaş yavaş, Yüksek Duyusal Algılama ve İnsan Enerji Alanının ana parçaları kafamda oluşmaya başladı.

Bunların herkesin yaşamının parçası olduğuna inanıyorum. YDA'yı geliştirmek için, geniş bir şuur alanına girmek gerekli. Bunu yapmanın farklı metotları var. Meditasyon, en çok bilineni haline geldi. Meditasyonun pek çok uygulanış formu var, önemli olan size en uygun olanını bulmak. Kitabın ilerleyen bölümlerinde, seçmek isteyeceğiniz formlardan bahsedeceğim. Bahsedebileceğim diğer yöntemler ise yürüyüş, balık avlama, kumlara oturup dalgaların devinimlerini izleme veya çocukluğumda benim yaptığım gibi ormanda dolaşma gibi şeyler. Meditasyon, hayal kurma veya ne demek isterseniz, bunları zaten yapıyor musunuz? Burada önemli olan tek şey, kendinizi dinlemek için zaman ayırmanız; neye ihtiyacınız olduğu, kavgayı nasıl kazanacağınız, neyin sizin için yanlış olduğu, ne yapmanız gerektiği gibi seslerle daima dolu olan zihninize biraz sessizlik getirmek. Kafanızdaki bu aralıksız gevezelik sona erdiğinde, yeni ve ahenkli bir dünyanın tüm hoşluğuyla önünüzde açıldığını göreceksiniz. Etrafınızda gerçekten olup bitenle kaynaşacaksınız, tıpkı ormanda benim yaşamış olduğum gibi. Bireyselliğiniz kaybolmayacak, aksine daha da gelişecek.

Etrafımız ile kaynaşmak, genişlemiş bir farkındalığı deneyimlemeyi tarif etmenin bir yoludur. Örnek olarak bir mumu ve alevini düşün-

lim. Kendimizi şuurlu (alev) bir beden (balmumu ve fitil) olarak tanımlayabiliriz. Geniş bir şu-ur alanına girdiğimiz zaman, kendimizi aynı za-manda alevden yayılan ışık olarak görmeye baş-larız. Işık nerede başlar, alev nerede sona erer? Bir sınır var gibidir ama tam olarak nerede? Işık, aleve sızmıştır. Odada mumdan bağımsız var olan ışık (enerji denizi) aleve sızar mı? Evet. Oda-daki ışık nerede başlar, mumun ışığı nerede? Fi-zikte, mumun ışığının sınırı çizilemez, o sonsuz-luğa karışmıştır. O zaman son sınır nedir? Geniş şuurun sonucu olarak benim YDA deneyimim, sınırın olmadığını gösterir. Şuurum genişledikçe, YDA gelişir, zaten var olan ama önceden kavra-yış alanımın dışında bulunan şeyleri de anlama-ya başlarım. YDA geliştikçe, gerçeklik önüne se-rilir. Önce, varlıkların çevresini saran enerji alan-larını kabaca hissettim: Bu, ancak cildin iki bu-çuk cm kadar ötesine kadar uzanan ince bir taba-ka şeklindeydi. Kendimi geliştirdikçe, bunun ku-sursuz bir öz, az yoğun bir ışık olduğunu fark et-tim. Sınırları bulmaya çalıştıkça, daha ötesini keşfediyordum. Sınır neresiydi? Aslında sadece tabakalar vardı: alev tabakası, sonra alevin ışığı, sonra da odanın ışığı. Sınırları ayırt etmek zordu. Her dış katman, daha genişlemiş bir şu-ur alanı ve daha gelişmiş bir YDA gerektiriyordu. Şu-ur alanı genişledikçe, önceden loş olarak fark ettiğin-iz ışık parlak hale geliyor ve tanımlar keskinle-şiyordu.

Yıllar boyunca YDA'mı geliştirirken, göz-lemlemlerimi derledim. Bu gözlemler danışmanlığımın 15 yılını aldı. Fizik alanında çalışırken, in-sanları çevreleyen enerji hakkında daha şüpheli bir yaklaşıma sahiptim. Fakat zaman geçtikçe, gözlerim kapalı dahi olsa bu gözlemi yapabilir hale geldim. Ve kendi kişisel yolculuğum başla-dı; beni daha önce bulunmadığım bir dünyaya, insanlar, evren ve ilişkiler hakkındaki gerçekliği algılayışımın tamamen değiştiği bir dünyaya ta-şıyan bir yolculuk.

Enerji alanının, insan sağlığı ve dinginliği ile birebir ilintili olduğunu gördüm. İnsan eğer sağ-lıksızsa, bu kendini, enerji akışının dengesizleş-mesi ve/veya durgunlaşmış enerjinin akışı kes-mesi ve koyulaşmış renkler şeklinde gösteriyor. Sağlıklı insan ise, parlak renkler ve dengeli bir enerji akışı taşıyor. Bu renkler ve formlar, hasta-

lıklara göre değişmekte. YDA, tıpta ve psikolojik danışmanlıkta önemli bir yer tutmaktadır. YDA yöntemini kullanarak, fiziksel ve psikolojik bo-zuklukları anlama ve şifa verme konusunda ken-dimi geliştirebildiğime inanıyorum.

YDA ile, psikosomatik hastalıkların mekanizma-sı, hemen gözlerinizin tam önüne serilir. YDA, has-talıkların enerji alanında nasıl ortaya çıktığını ve zaman ve yaşam tarzıyla beraber gelişip nasıl ciddi boyutlara ulaştığını gözler önüne serer. Pek çok kez, hastalıkların nedeni psikolojik veya fi-ziksel travmalardır ya da her ikisi birden. YDA, hastalığın nasıl başladığını açığa çıkardığı için, tersine nasıl çevrileceğini de anlamamızı sağlar.

Alanı görmeyi öğrenirken, onunla şuurlu bir şekilde ilişki kurmayı da öğrendim. Kendi enerji alanımla bir başkasının alanını etkileşime geçmesi için yönlendirebiliyordum. Kısa zaman-da, sağlıksız bir alanı tekrar dengeye oturarak sağlığına kavuşturmayı başardım. Dahası, müş-terimin hastalığının sebeplerini görebilecek bilgi-yi de alıyordum. Bu bilgi, benden ya da ben diye düşündüğüm şeyden çok daha yüksek bir zeka-dan geliyor gibiydi. Bu bilgi alma yolu, *kanallaş-ma* olarak tanımlanmakta. Kanallaşma yoluyla alınan bilgi, hastanın enerji alanını tekrar denge-ye koyacağım sırada söz, kavram ve sembolik re-simler haline gelirdi. Bunu yaparken her zaman farklı bir şu-ur alanında olabilirdim. YDA'yı kul-lanarak bilgi alma (yani kanallaşma veya duru-görü) yolunda kendimi geliştirdim. Enerji ala-nında gördüğümü doğrudan bir söz, bir resim ya da kavram olarak birleştirebiliyordum. Örneğin, bir vakada, "o kanser" dendiğini duydum ve siyah noktalar gördüm. Siyah noktalar, daha sonra çe-kilen bir tomografi filminin sonuçlarıyla biçim, boyut ve yer olarak bağlantılıydı. Bilgilerin YDA yoluyla bu şekilde birleştirilmesi daha verimli-ydi ve ben hastanın durumu ile ilgili olarak daha kesin fikir sahibi oluyordum. Ayrıca hastanın şifa süreci sırasında kendi kendine nasıl yardımcı olacağı yolunda da bilgi ediniyordum. Bu işlem genellikle hastalığın ciddiyetine göre birkaç haf-ta ya da ay süren bir dizi seans gerektiriyor. İş-lem, tekrar bir düzen sağlama üzerine kurulu, bu da yaşam tarzını değiştirmeyi ve travmanın baş-langıcını ele almayı içeriyor.

Şurası önemli, hastalığın daha derindeki an-

lamu üzerinde düşünmek gerek. Hastalık bizim için ne ifade ediyor? Bundan ne öğrenebilirim? Hastalık, basitçe söylersek, vücudunuzun size gönderdiği bir mesaj: *Bir dakika, yolunda gitmeyen bir şey var. Kendini bütün olarak dinlemiyorsun, çok önemli bir şeyleri ihmal ediyorsun. Nedir bu?* Hastalığın kaynağı, bu şekilde irdelenmeyi gerektiriyor, psikolojik ya da hisler düzeyinde, anlayış düzeyinde ya da şuurlu olması gerekmesi de yaşam tarzındaki bir değişiklik. Hastalığı yen-

mek, ilaç içmekten çok kişisel çaba gerektiriyor. Kişisel değişim ve çaba olmazsa, sadece hastalığın başladığı kaynağın olduğu yere dönmemize neden olacak farklı problemler yaratırız. Kaynak, her şeyin anahtarıdır. Kaynak ile uğraşmak, genelde kişinin benliğiyle ilintili olan yaşamın değişmesini gerektirir. Bu da bizi benliğimizin daha derinlerine, bazen yüce benlik veya içimizdeki ilahi kıvılcım denen yere yönlendirir.

2. Bölüm

BU KİTABI NASIL KULLANMALI?

Bu kitap öncelikle, kendini anlamak ve ifade etmekle ve giderek daha fazla yaygınlaşan ellerimizle şifa verme metodu ile ilgilenenler için yazılmıştır. İnsan aurasını ve hem fiziksel hem de psikolojik açıdan şifa süreci ile ilişkisini inceleyen bir çalışmadır. İyileşme ve gelişme yolundaki yaşama derin bir bakış içerir. Sağlık ve bakım alanında çalışan profesyoneller, terapistler ve daha sağlıklı bir ruhsal, fiziksel ve psikolojik bir yaşama sahip olmayı ümit eden herkes için yazılmıştır.

Eğer kendi kendinize şifa vermeyi öğrenmek istiyorsanız, bu kitap sizi bir mücadeleye davet edecektir çünkü kendi kendine şifa vermek aynı zamanda kendi kendini dönüştürmek demektir. Psikolojik ya da fiziksel kökenli bir hastalık, kendinizi keşfedeceğiniz ve dışarıdan görülen farklı bir yola yöneleceğiniz bir yolculuğa götürür sizi. Bu kitap, bu yolculukta kendiniz ve diğerleri için şifa yönteminde bir başvuru kitabı olacaktır.

Profesyonel şifacılar için, hangi alanda olurlarsa olsunlar ya da hangi akımı benimserlerse benimsesinler, bu kitap bir başvuru kaynağı halini almış durumdadır. Aynı zamanda öğrenciler için, deneyimli şifacıların gözetimindeyken başvuracakları bir ders kitabıdır. Her kısmın sonunda sorular bulacaksınız. Geri dönüp metne bakmadan yanıtları bulmaya çalışmanızı öneririm. Bu da metni çalışmak ve egzersizleri yapmak demek. Bu egzersizler sadece şifa ve durugörü teknikleri değildir, ayrıca kendi kendine şifa ve disiplin üzerine de yoğunlaşır. Yaşamınızı dengeleme ve kavrayışlarınızı genişletme yolunda zihnini sakınleştirmeyi de içerir. Sadece şifa çalışmaları yapan sınıflar için değil, hazırlık sınıfları için de kullanılabilir. Enerji alanları ve onlarla çalışmayı öğrenmek için ne kadar çalışmaya ihtiyacınız olduğunu tahmin etmeye uğraşmayın. Yapaçağınız en önemli şey, doğrudan deneyim kazan-

maya çalışmak ve bunu yaparken de etkin bir kişiden destek almaktır. İnsan Enerji Alanını (İAE) kavramak için yalnızca çalışmak ve pratik yapmak da yeterli değildir elbette, bunu bütünleyen bir kişisel gelişim sürecine girmek gereklidir. Duyarlılığınızı artıracak içsel bir değişim sürecidir bu; böylece iç sesler ile sadece zihni sakınleştirerek algılanabilen, gelmekte olan o zor fark edilir bilgiyi birbirinden ayırabilirsiniz.

Diğer taraftan, eğer zaten normal duyuşsal algılama düzeyinin üzerine çıkmış iseniz, bu kitabı deneyimlediklerinizi doğrulamak için kullanabilirsiniz. Her insanın deneyim ediniş tarzı kendine has olmakla beraber, algılayışı geliştirme ya da yönlendirmeyi açma yolunda genel olarak herkes için geçerli bazı deneyimler de vardır. Bu doğrulamalar, sizi amacınıza giden yolda teşvik edici görev yaparlar. Hayır, delirmiyorsunuz. Başkaları da "gaipten" sesler duyuyor, olmayan ışıklar görüyorlar. Bunlar sadece yaşamınızı sıra dışı ama en doğal biçimde kökten değiştirecek yolun ilk adımları.

Pek çok insanın sahip oldukları beş duyuyu nasıl normalin üstünde bir duyarlılık düzeyine getirdiklerini gösteren pek çok örnek var önümüzde. Pek çok insan, Yüksek Duyusal Algılamayı, ne olduğunu tam da kavramadan kullanıyor. Kendilerini, kararlılık göstererek ve çalışarak geliştiriyorlar. Şuurumuzda bir dönüşümün zaten mevcut olması ve daha çok insanın dışarıdan alınan bilgiyi farklı bir frekansta değişik bir duyarlılıkla algılaması mümkün. Bana oldu. Size de olabilir. Kendimdeki bu gelişme çok yavaş, çok organik bir biçimde oldu ve beni neredeyse kökten değiştirdi. İnanıyorum ki *Yüksek Duyusal Algılama yetisini kazanma*, insan ırkının gelişim sürecinde bir sonraki doğal evrimsel adımdır ve bu yeni yetiler, bizi diğer insanlara karşı daha açık, daha dürüst hale getirecek olan gelişim safhasına varmamızı sağlayacaktır. Hislerimiz ve kendimi-

ze özgü gerçeklik, artık diğer insanlardan saklanamayacaktır. Onlarla zaten enerji alanları dolaşısıyla iletişim halindeyiz. Herkes bu bilgi alışını kavramayı öğrendiği zaman, birbirimizi şimdi olduğundan çok daha net görecektir ve anlayabileceğiz.

Örneğin, birinin ne zaman öfkeli olduğunu anlayabiliyorsunuz. Bu fazla zor değil. YDA ile, öfkeli bir insanın etrafında kırmızı bir sis görürsünüz. Gerçekten ne olduğunu daha derin bir düzeyde bulmak için öfkenin nedenine odaklanmak mümkündür; sadece şimdiki nedeni değil, bu öfkenin çocukluk deneyimleri ve ailesiyle olan ilişkilerini araştırırsınız. Kırmızı sisin altında gri, kalın ve daha akıcı bir katman vardır: ağır üzüntü. Bu gri özün derinine indiğinizde, o kişinin çocukluğunda edindiği bir deneyimin onu derin bir acıya sürüklediğini bile görebilirsiniz. Bu öfkenin vücuda fiziksel olarak da nasıl zarar verdiğini göreceksiniz. Ağlamak ve böylece rahatlayıp soruna bir çözüm bulmaya çalışmak daha yararlı bir duygusal boşalma yoluyken, belki de bu insanın belirli durumlara öfkeyle tepki vermeyi nasıl bir alışkanlık halinde geliştirdiğini göreceksiniz. YDA'yı kullanarak, o kişinin sakinleşmesine yardım edecek sözcükleri bulabilir, daha derin bir gerçeklikle yüz yüze gelmesine ve bir çözüm bulmasına yardım edebilirsiniz. Ancak başka bir vakada ise, öfkenin ifade edilmesinin durumu düzeltmek için gereken tek şey olduğunu da görebilirsiniz.

Bir kez bu tür bir deneyim edinince, hiçbir şey aynı kalmaz. Yaşamlarımız, asla ummadığımız bir şekilde değişmeye başlar. Sebep ve sonuç arasındaki ilişkiyi, enerji alanımızı ve dolayısıyla da fiziksel sağlığımızı etkileyen düşüncelerimizi anlayabileceğiz. Böylece, yaşamımıza ve sağlığımıza yön verebileceğiz. Dolayısıyla, gerçeklik deneyimimizi kendimiz yaratabileceğiz. İnsan Enerji Alanı, sayesinde yaratıcılığımızı ifade ettiğimiz araçtır. Gerçekliği yaratmamızda ve eğer istersek gerçekliği değiştirmemizde anahtar olur. Varoluşumuzun derinlerine giden yolda vasıta haline gelir. Ruhumuza, içimizdeki ilahi kıvılcıma, yaşamımızın özüne bir köprü oluşturur.

İnsan Enerji Alanı dünyasında, Yüksek Duyusal Algılama yolu ile, kim olduğunuzu belirleyen kişisel "model"i değiştirmeniz için sizi yü-

reklendirmek istiyorum. Hareketlerinizi ve inanç sisteminizi varoluşunuz için nasıl daha iyi ve verimli kullanabileceğinizi göreceksiniz. Bunu görünce, yaşamınızda hoşlanmadığınız şeyleri değiştirip düzeltmeye gücünüz olduğunu anlayacaksınız. Bu; kişisel cesaret, araştırma, çaba ve dürüstlük gerektirir. Kolay bir yol değildir ama şüphesiz buna değer. Bu kitap, sadece sağlığınıza ilgili olarak değil, tüm yaşam ve evrenle olan ilişkiniz açısından da size yol göstermeyi hedefliyor. Bu yeni ilişkiyi deneyimlemek ve keşfetmek için kendinize zaman ayırın. Evrene yayılan mum ışığı olmak için kendinize izin verin.

Bu kitabı, İnsan Enerji Alanı (İEA) ve onun sizinle olan ilişkisi hakkında yoğunlaşmanız gereken şekilde kısımlara ayırdım. Okudukça, ilk bölümde, aurik sahanızın yaşamınızdaki yerini göreceksiniz. Mistikler tarafından çok uzun zamandan beri anlatılan bu olay, sizin için ne kadar zamandır mevcut? Hayatınızın hangi kısmına uyar? Eğer uyuyorsa, neye yarar? Ele aldığımız vakalarda, bu fenomenin gerçekliğin yüzünü nasıl değiştirebildiğini daha somut bir şekilde görebileceksiniz. Jenny, örneğin, çocuk sahibi olmadan önce kendine şifa için zaman tanıması gerektiğini fark etti. Jenny sağlığına kavuştu, yaşamının dizginlerini tekrar ellerine aldı (aslında her zaman da oradaydı) ve muhtemelen tatsız bir geleceği, kendi istediği yola çevirmeyi başardı. Bu bilgi sizi daha iyi bir dünyaya götürür; anlayıştan sevginin doğduğu yere, düşmanlığın kardeşliğe dönüştüğü yere.

İkinci bölüm, özellikle enerji alanı fenomeni üzerinde durur. Bu olayı tarih, teorik bilim ve deneysel bilime dayanarak açıklar. Sonra, İEA'nın benim açımdan ne olduğuna yer verdiğimi göreceksiniz. Bu bölümü, kendi deneyimlerim ve diğerlerinin vardığı sonuçlara gözlemlerimi de ekleyerek edindiğim fikirleri harmanlayarak hazırladım. Tüm bunlarla, İEA'nın psikolojik ve ruhsal şifa için nasıl kullanıldığını gösteren teorik model oluşturulmuştur.

Üçüncü bölüm, İEA ile psikodinamikler arasındaki ilişkiler hakkındaki bulgularımı içeriyor. Psikoterapi ya da gelişimi ile ilgilenmiyor olsanız bile, bu kısmı kendinizi keşfetmek açısından aydınlatıcı bulacağınızı düşünüyorum. Sadece sizi neyin harekete geçirdiğini anlamakla kalma-

yacak, sizi nasıl harekete geçirdiğini de anlamaya yardım edecek. Bu bölüm, psikoloji ve beden psikoterapisinin normal sınırları dışına çıkıp enerjik ve ruhsal gerçekliğin sınırlarını zorlamak isteyenlere yol gösterecektir. İnsan Enerji Alanı ile pratik psikodinamikler arasında bir bütünlük çerçevesi oluşturacak. Danışmanlık süreci sırasında oluşan İEA değişikliklerine değinilecek. Kendini keşfetmeye ilgi duyanlar için, enerji alanı kavramının günlük hayattaki anlamı ve daha derin manası hakkında bir rehber olarak da kullanılabilir. Kitabı okuduktan sonra, enerji alanı dinamiklerini sevdikleriniz, çocuklarınız, arkadaşlarınız ile olan ilişkilerinizde kullanabileceksiniz. İşyerinizde, çalışma arkadaşlarınızla aranızda gerçekten neler olduğunu anlayacaksınız. Bazı bölümler ("Terapi Seanslarında Aura Gözlemleri", "Aurada Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" ve "Ana Karakter Yapılarında Aura ve Şakra Örnekleri" gibi) fazla teknik gelebilir, bazı yerlerini atlayabilirsiniz. İEA fonksiyonları hakkında spesifik sorularınız olduğunda bu bölümlere geri dönüp okuyabilirsiniz.

Kitabın dördüncü bölümü, kişisel, pratik ve geniş anlamda içinde yaşadığımız ve değiştirmek istediğimiz toplum düzeyinde algılama sınırlarımızı genişletmekle ilgilidir. Algılamaların genişletilebileceği alanlar hakkında, her bir alanda bu genişlemenin nasıl deneyimleneceği ve bunun nasıl yapılacağı hakkında net açıklamalar yapacağım. Ayrıca, bir grup olarak insanlığın söz konusu değişimlere doğru yol aldığı bu sıralarda, bu deneyimlerin kendine bir yer bulabileceği teorik çerçeveler de sunacağım. Bu değişimler bizi sadece bireysel olarak etkilemekle kalmaz, insan hayatı diye bildiğimiz geniş çerçevede de insanlığı etkiler.

Beşinci bölüm, ruhsal şifa üzerinde durmak-

tadır. Böyle adlandırıyorum, çünkü doğuştan sahip olduğumuz ruhsal yapımız ile ilintilidir. Bu bölüm, İEA ile ilişkili şifa deneyimlerini ve teknikleri ele alıyor. Şifa sırasındaki aurik saha değişimlerini gösteriyor. İEA'nın farklı katmanlarındaki şifa tekniklerini ele alıyor. Kendindeki ve başkalarındaki şifa sürecini başlatmak üzere etkili olarak şifacıya imkan vermek için, dördüncü kısımda algılamanın genişletilmesi üzerine verilen bilgi ile şifacıyı birleştiriyor.

Bu tekniklerin çoğunu öğrenmek kolay olmadığı için, sınıf çalışmasına ihtiyaç duyabilirsiniz. Böylesine özelleşmiş bir konudaki yazılı malzemeler, öğrenciyi ancak kavramlara aşına hale getirebilir ama onlara bu teknikleri öğrettiği iddiasında bulunamaz. Uzmanlaşmadan önce, konusunda deneyimli birinin gözetiminde şifa eğitimi almanız gerekir. Deneyimlerinizin yetkin biri tarafından onaylanması çok önemlidir. Profesyonel şifacı olmadan önce didaktik, pratik ve kişisel çalışma yapmak şarttır. İsteyen herkes uzman şifacı ve yönlendirici olabilir, ancak yetilerinizi tıpkı diğer alanlarda da olduğu gibi, geliştirmek zorundasınız. Şifa ve yönlendirme konusunda çok yakında sertifikalı eğitim programları açılacağından şüphem yok. Biliyorsunuz, uzman olmadan önce cıracı olarak çalışmak gerekir.

Altıncı ve son bölümde, hastanın şifa sürecinde aktif rol aldığı David vakasını ayrıntılı olarak göreceksiniz. Bu, hastanın nasıl şifacı rolünde olduğuna iyi bir örnektir. Bu bölüm, kendi kendine pratik şifa metotları ve sonraki basamaklar olan sağlığa ve yaşamsal dengeye tekrar nasıl kavuşulacağı ve bunun nasıl sürdürüleceği üzerinde yoğunlaşır. Şifacı olmanın gelişimsel basamakları ele alınır ve getirdiği sorular incelenir: Sağlık nedir? Şifacı kimdir?

3. Bölüm

REHBERLİĞİN GELİŞİMİ ve EĞİTİME DAİR

Teknik eğitimin, bir şifacı için çok önemli olduğuna inanıyorum: Danışmanlık teknikleri, anatomi, fizyoloji, patoloji ve masaj teknikleri, akupunktur, homeopati, besleyici ve şifalı bitki kürleri. Tüm bu danışmanlık teknikleri, vaka üstünde çalışan şifacı ve diğer sağlık uzmanları tarafından her zaman dokunarak şifa verme tekniğiyle birleştirilir. Şifacı, tüm bu metotları diğerleri ile beraber kullanabilmek ve vakada görev alan sağlık alanındaki diğer profesyonellerle ilişkide olmak için bilmek zorundadır. Çeşitli sağlık bakım metotları da şifacının rehberi tarafından bildirilebilir. Edindiği bilgileri yorumlayabilmek için, şifacı anatomi ve fizyoloji bilmelidir. Hep-sinden öte, hastanın kendini iyileştirmesine yardım etmek için, diğer tıp uzmanlarıyla birlikte çalışmalıdır.

Benim eğitimim, fizik üzerine lisans, atmosfer fiziği üzerine de yüksek lisans derecelerini kapsıyor. NASA'da hava uyduları üzerine beş yıl araştırmalara katıldım. Biyoenerjik danışmanlık üzerine iki yıllık eğitim, bir yıl masaj, iki yıl anatomi/fizyoloji, iki yıl değişmiş şuur halleri -özellikle derin gevşeme teknikleri- ve bir yıl homeopati eğitimi aldım; üç yıl Core Energetics'te eğitim gördüm, beş yıl Pathwork Yardımcı Eğitimi aldım, ülkenin çeşitli yerlerinde şifacılar ile uygulamalı çalışmalara katıldım. 15 yıldan daha uzun süre bireysel ve grup olarak insanların enerji alanları üzerinde pratik çalışmalar yaptım. Uygulayıcı danışman olduğum için, insanlar bana durumlarını anlatmak için geliyor ve randevu alıyorlardı. Giderek daha fazla insan, terapi yerine şifa isteğiyle gelmeye başlayınca, danışmanlık terapileri şifa uygulamasına dönüşmeye başladı. Psikolojik danışmanlığı bırakmak ve sadece şifa çalışmaları yapmaya başlamak zorunda kaldım.

Bu yıllar süresince, İnsan Enerji Alanını ölçmek için deneyler yapıyordum. Kendimi yeterli görmeye başlayınca, New York'ta sınıf çalışmaları

rı ve uygulamalı çalışmalar yapmaya başladım.

Şifacı olmak, herhangi başka bir görevin de kolay olmaması gibi, kolay bir görev değildir. Teknik eğitimin yanı sıra, ruhsal eğitime de ihtiyaç vardır. Kişiliğin zayıf yanlarıyla yüzleşmeyi ve yaratıcı odaklanmayı, istek ve amacı geliştirecek sınavlardan geçmek gerekir. Şifacı bu sınavları sanki dışarıdan geliyormuş gibi düşünebilir, ama aslında durum bu değildir. Bir şifacı olarak yetişirken, kendi enerji sisteminde geliştirdiği enerji, güç ve açıklık ile başa çıkmaya hazır olup olmadığını görmek için onları kendi yaratır. Bu enerji ve güç, daima bütünlük, açıklık ve sevgi ile iç içedir, çünkü sebep ve sonuç her zaman birlikte iş başındadır. Ne koyarsanız daima onu alırsınız. Bu, karma denen şeydir. Şifacı geliştikçe akan enerji, gücü de artırır. Bu gücü olumsuz şekilde kullanırsanız, alacağınız sonuçta da aynı olumsuzluğu bulursunuz.

Yaşamım ilerledikçe, beni yönlendiren görünmez el gittikçe daha algılanabilir hale geldi. Önceleri onu zorlukla hissedebiliyordum. Sonra, ruhsal varlıkları sanki bir vizyon gibi görmeye başladım. Sonra da benimle konuştuklarını duydum, bana dokunduklarını hissettim. Artık bir rehberim olduğunu kabul ediyorum. Onu görebiliyor, duyabiliyor ve hissedebiliyorum. Erkek ya da kadın değil. Onun dünyasında cinsiyet ayrımı yok, bir bütünlük var. Adı Heyoan, anlamı "yüzyıllar boyunca gerçeği fısıldayan kanat". Onu hissedişim yavaş ve doğal oldu. İlişkimizin doğası gün geçtikçe ilerledi ve anlayışın derinlerine doğru giderken bana rehberlik etti. Bunu, beraber sürdüreceğimiz maceramız boyunca göreceksiniz.

Kitap boyunca, ruhsal rehberlik ve gücü hakkındaki gözlemlenebilir bazı örnekleri paylaşacağım sizinle. Böylelikle, size onun basitliğini ve işlerliğini göstermek istiyorum.

Rehberliğin en basit şekli, her gün ve rahat-

sızlık hissettiğimiz her an karşılaştığımız bir şey. Heyoan'ın dediğine göre, bu rehberi daha iyi dinlesek ve ona uysak, daha az rahatsızlanırdık. Bir başka deyişle, huzursuzluk hissettiğinizde yapmanız gereken kendinizi dengelemek ve sağlığa kavuşmak. Bu rahatsızlık, acı ya da ağrı şeklinde fiziksel olabilir ya da varoluşunuzun herhangi bir düzeyinde olabilir: duygusal, zihinsel ya da ruhsal. Yaşamınızın herhangi bir alanında ortaya çıkabilir.

Heyoan soruyor: "Rahatsızlık bedeninizin neresinde? Ne zamandır bunun farkındasınız? Size ne söylüyor? Bunun için ne yaptınız?"

Bu soruları dürüstçe yanıtlarsanız, kendinizi sağlıklı, mutlu ve bilge hissetmek için kullanacağınız en önemli gereci, ne kadar az önemsedığınızı anlarsınız. Bedeninizdeki/hayatınızdaki herhangi bir bozukluk, yüce benliğinizle aynı çizgide olmaktan ne kadar uzaklaştığınızı gösterir.

İzlemeniz gereken bu basit düzeydeki rehberliğe göre, yorulduğunuz zaman dinlenmeniz, acıktığınız zaman yemeniz, vücudunuzun gereksinim duyduğu şeyi gerektiği zaman yemeniz gerekiyor. Kendinize bakmanız ve sizi rahatsız eden hayat şartlarınızı değiştirmeniz gerekiyor. Bunları yapacak şekilde nasıl yapılandırırsınız hayatınızı? Kolay değil, öyle değil mi?

İçinizden gelen ve sizi rahatsızlıklar halinde uyaracak sese kulak vermeyi öğrendiğiniz zaman, daha dengeli ve rahat olacaksınız. Bu da sizi daha sağlıklı yapacak. Bu dinleme pratiği, doğrudan veya sözlü rehberliği de beraberinde getirecek. İç sesiniz size basit, sözlü direktifler vermeye başlayacak, onu içinizdeki bir ses olarak tanıyacaksınız ama sizin çok ötenizden geldiğini de fark edeceksiniz. Rehberi izlemeyi öğrenmekle ilgili iki önemli nokta var: Birincisi, başkaları için rehberlik almaya layık hale gelmeden önce bunu kendiniz için yapmayı öğrenmelisiniz. İkincisi, aldığınız mesaj ya da direktifler başlangıçta fazla basit ve önemsiz gelebilir. Bunu izlemek zaman kaybı gibi görünebilir. Ben, bunun bir nedeni olduğunu anladım. Başka birinin yaşamı ya da bir belirli hastalık hakkında kanallaşarak bilgi alırken, profesyonel bir kanal, bir anlam ifade etmeyen, alakasız ya da açıkça yanlış bilgi de alabilir. Bu doğru olabilir, ama genellikle

rasyonel zihnin işe karıştığının bir göstergesidir. Açık bir kanaldan gelen bilgi, genellikle kastettiğimiz bu rasyonel zihnin anlayabileceğinin ötesinde bir şeydir. Kanal olan kişinin, geçmişte kendisine anlamsız görünen ama sonradan çok yararlı ve anlaşılır olduğu ortaya çıkan bilgileri nasıl aldığını hatırlaması gerekir. Şifa ve kanallaşma ile geçen bir saat içinde, yavaş yavaş ve hiç de doğrusal olmayan bir biçimde ama rasyonel veya doğrusal biçimde olduğu takdirde verebileceğinden daha çok bilgi veren bir tablonun ortaya çıkmasını sağlayacak bilgiler alacağımı artık biliyorum.

Eğer bakarsanız, hayatınızda tekrarlanan tüm büyük kalıplar içinde rehberliğin var olduğunu görebilirsiniz. Niçin bir olay diğerini izledi? Her birinden ne çıkarıp kullandınız? Önce fizikçi, sonra danışman ve sonra şifacı olmam tesadüf değildir. Tüm bu eğitim, beni yaşamımın görevi için hazırladı. Fizik eğitimim, aurayı gözleyebilmem için bana zemin sağladı. Danışmanlık eğitimim, aurik sahadaki enerji akışı ile ilgili psikodinamikleri anlamamı ve çeşitli insanların aurik sahalarını gözlememi sağladı. Bunlar olmadan, edindiklerimi biraraya getiremezdim. NASA'da çalışırken şifacılıktan haberim yoktu. İlgilendiğim bir konu değildi. Çalıştığım işle ilgiliniyordum yalnızca, sadece her yerde cevapları arıyordum. Bu açlık, yaşamımda beni rehberliğe yönlendiren asıl şey oldu. Sizin açlığınız neye? İsteğiniz ne? Ne olursa olsun, ne yaptığınızı tam olarak bilmeseniz bile, bu sizi işinizi tamamlamak için daha sonra yapmaya ihtiyaç duyacağınız şeye taşıyacaktır. Bir şey size kolayca sunulduğunda, kulağa harika geldiğinde ve eğlence dolu olduğunda, anlamı budur. Bu, rehberliktir. Kendinizi serbest bırakın, yaşamın dansına kendinizi kaptırın. Bunu yapmazsanız, rehberliği ve gelişiminizi önlemiş olursunuz. Bazı zamanlar bu rehberliği, başka zamanlardan daha iyi hissettiğim oldu. Bir dönem, inişli çıkışlı bir yoldan geçip ulaştığım güzel ve derin bir zaman dilimindeydim. Washington, D.C.'de danışmanlık yapıyordum ve geçmiş hayatlar denen şeyi görmeye başladım. Çalıştığım kişiyi, farklı bir zaman diliminde, tamamen farklı bir durumda düşünüyordum. Sahne ne olursa olsun, bir şekilde hastamın o zamanki durumuyla ilgili oluyordu. Örneğin,

sudan korkan bir hastam, başka bir yaşamda boğulmuştu. Yardım da isteyememişti. Tekneden düşmüş ve kimse onu duymamıştı. Bu da, sadece sudan korkmanın ötesinde bir sorun halinde görülmüyordu şimdi. Tüm bu bilgiyi ne şekilde kullanacağımı bilmiyordum. Bu bilgiyi iyi ve doğru bir şekilde kullanmamda bana rehberlik edecek güvenilir birinin veya bir grubun olması için dua ediyordum.

Cevap, Maryland'de Assateague Adası'nda kamp yaptığım bir akşam geldi. Yağmurlu bir akşamdı, kafamın üstünde bir muşamba vardı ve plastik bir uyku tulumundaydım. Gecenin bir yarısı, birinin adımı seslendiğini duyarak uyan-dım. Ses çok açıktı, ama orada kimse olmadığını düşündüm, bir an için bulutlarla kaplı bir gökyüzüne baktığımı düşündüm, sonra aniden, başımın üstündeki muşambayı fark ettim. Başımın hızlı bir hareketiyle onu geri attım ve yukarda parıldayan yıldızlara baktım. Cennetten gelen kutsal bir şarkıyı söylüyorlardı sanki. Bunu, du-alarım için bir cevap olarak kabul ettim ve kısa süre sonra, çalışmakta olduğum Phoenix Path-work Merkezinde geçmiş hayatı ve diğer duyular dışı algılamayla elde edilen malzemeleri yorumlama üzerine dokuz yıl sürecek eğitimimi almaya başladım.

New York City'de danışmanlık yapacağım zaman, bunu biliyordum, çünkü içimden gelen şey çok güçlüydü. Ofisim vardı ve yaşamımda değişiklik istiyordum, rehberime yazıyla danışmaya karar verdim. Aldığım cevap, açık seçik evet idi ve devam ettim. Danışmanlık işi, yavaş yavaş şifacılığa dönmeye başladı, bu daha önce de belirttiğim gibi, insanlar bana sorularla geldikçe, kendi kendine oldu. Bir süre sonra, daha fazla insana hizmet verebilmek için bu kitabı yazma işine yoğunlaştım. Yaptığım bu değişiklikler kolay olmadı. Tam bir şeye alışmışken, başka bir şey yapmaya başlamak genellikle zordur. Bilinmeze doğru hareket etmektir bu, fakat attığım her adımda rehberimi bulacağımı bilirim.

Her insanın içinde bir çocuk vardır. Herkes, hayatının daha özgür ve basit olduğu çocukluk dönemine dair bir şeyler anımsar. Bu çocuk aslında bir bilgedir. Yaşama bütünüyle bağlıdır. Sevgiyi sorgulamadan tanır. Fakat erişkinlik, o

çocuğun giderek yok olmasına sebep olur; büyüdükçe, sadece mantıklı olmak zorundayızdır. Bu da bizi kısıtlar. Rehberi izlememizde bize asıl yardım edecek olan, aslında bu yok ettiğimiz çocuk yanımızdır. Rehberlerimizi bulmak ve takip etmek için o sevecen, güvenen bilgelige tekrar dönmeliyiz. Hepimiz özgür olmak isteriz ve bunu ancak, o çocuk yanımız başarabilir. İçimizdeki çocuğun bizi özgür kılmasına izin verdiğimiz zaman, erişkin yanımızla çocuk yanımız arasındaki iletişimi sağlayabiliriz. Böylece bir erişkin olarak özgür ve seven tarafımızı bir bütün olarak geliştirebiliriz.

Bu kitabı okudukça, yer yer içinizdeki çocuk ile şifacının/danışmanın/fizikçinin konuştuğunu duyacaksınız. Bu da, kalıplaşmış gerçeklikten öteye geçmenizi ve deneyimlerinizi geliştirmenizi sağlayacak. Bu konuşma harikalara açılan bir kapıdır. Siz de içinizde onu bulun ve besleyin.

Ruhsal öğretmenlerimiz bazen rüyalar, önsözler yoluyla, bazen de dinlemesini bilirsek daha doğrudan yollarla, önce yazarak, sonra sesle ve kavramlarla aslında her an bize ulaşıyorlar. Bu öğretmenler sevgi ve saygı ile dolu. Bu yolun bazı noktalarında, benim gibi sizler de onlarla doğrudan ilişki kurabilecek, onları görebileceksiniz. Gerçekten sevdiğinizizi anlayacaksınız. Bu sevgiye değer olduğunuzu, onu hak ettiğinizi göreceksiniz. Sağlık, mutluluk ve doygunluğu hak ediyorsunuz. Bunu yaratabilirsiniz. Hayatınızı değiştirip ona anlam katmayı adım adım öğrenebilirsiniz. Bu doygunluğa ulaşmanın yolları vardır. Rehberinize hangi yolu seçmeniz gerektiğini sorun, size gösterecektir. Yaşamınızı tehdit eden bir hastalık, evliliğinizde bir sorun, iş hayatınızda önemli zorluklar, depresyon; hangisiyle uğraşıyor olursanız olun, bunu değiştirmek aslında sizin elinizdedir. İstedikten sonra her şeyi tekrar düzene sokabilirsiniz. Sadece yardım isteyin. Sorularınız cevaplandırılacaktır.

Hatırlayalım:

1. Bir şifacının gereksinim duyduğu teknik eğitim nedir? Neden?
2. Yaşamınızdaki en basit rehberlik şekli nedir?

Üstünde Düşünelim:

3. Yaşamınızdaki en derin rehberlik eğitimi nedir/nelerdir, yaşamınıza nasıl etkisi olmuştur?
4. Rehberi en iyi nasıl takip edebilirsiniz?
5. Gerçekten şuurlu olarak rehberinizi dinlediniz mi? Ne sıklıkla?

2. KISIM

İNSAN AURASI

**"Mucizeler doğaya karşı olan şeyler değildir,
sadece bizim doğal olarak bildiğimiz şeylere karşıdırlar."**

Aziz Augustine

Giriş

KİŞİSEL DENEYİM

Yeni duyarlılıklar geliştirmek için kendimize izin verdikçe, tüm dünyayı daha farklı gördüğümüzü fark ederiz. Daha önceleri önemsiz bulduğumuz deneyimler, farklı anlamlar içermeye başlar. Üstelik deneyimlerimiz ile iletişimimizde farklı bir dil kullanmaya başlarız. "Kötü titreşimler" ya da "oradaki enerji müthişti" gibi ifadeler günlük konuşmamız haline gelir. Biriyle tanıştığımız zaman onun hakkında bir şey bilmeden ona güvendiğimiz, ondan hoşlandığımız veya hoşlanmadığımız durumlara daha çok güven duymaya başlarız. Onun "titreşimi"nden hoşlanmışızdır. Birinin bize bakıyor olduğunu anlar ve onun kim olduğunu anlamak için başımızı çeviririz. Bir şeylerin olacağına dair bir şey hissederiz ve sonra o şey olur. Sezgilerimizi dinlemeye başlarız. Olacakları "biliriz" ama nasıl bilebildiğimizi bilemeyiz. Arkadaşımızın hissettiği ya da ihtiyaç duyduğu şeyi anlar, ona göre davranır ve haklı çıkarız. Biriyle tartışırken, karnımızın tam ortasından bir şeylerin çekilip çıkartıldığını ya da "bıçaklandığımızı" hissederiz. Sanki biri midemize bir yumruk atmış gibidir. Veya biri üstümüze koyu, yapışkan bir sıvı döküyormuş gibi hissederiz. Diğer yandan da, bazen kendimizi sevginin kucaklayıcı, yumuşak denizi ile çevrelenmiş gibi de hissederiz. Bu deneyimlerin tümü enerji alanlarında gerçekten meydana gelirler. Katı ve kesin objelerle dolu dünyamızın her noktası, deniz gibi değişken, ışıltılı enerji dünyası tarafından çevrelenmiş ve nüfuz edilmiştir.

Yıllar süren gözlemlerimle, bedeni saran enerji alanında gerçekleşen deneyimlerin gözlemlenebilir ve ölçülebilir farklı yanlarını gördüm. Bir insan, sevdiği kişi tarafından alay veya kıskançlık "oklarına" maruz bırakılmışsa, bu oklar, durugörürler için neredeyse gözle görülür hale geliyor. Solar pleksusunuzdan bir şeylerin çekilip kopartıldığını hissederseniz, genellikle durum budur. Bu durum, durugörürler tarafından görü-

lebilmektedir. Ben bunu görebiliyorum. Eğer sezgilerinizi takip eder ve duyularınızı geliştirirseniz, bunu siz de başarabilirsiniz.

Modern bilim adamlarının dinamik enerji alanları hakkında öğrendikleri şeyleri hesaba katmak, Yüksek Duyusal Algılamayı geliştirmeye yardımcı olur. Bu, hepimizin evrensel yasalara tabi olduğunu görmekten alıkoyan engellerin ortadan kalkmasını sağlayacaktır. Modern bilim de sadece moleküllerden oluşan bir fiziksel bedenden ibaret olmadığımızı, enerji alanlarından da oluştuğumuzu söylemekte bize. Durağan katı formların dünyasından çıkıp, enerji alanlarının var olduğu bir dünyaya geçiyoruz. Deniz gibi yükseliyor ve çekiliyor. Sürekli olarak değişiyoruz. İnsan olarak, bu bilgiyle nasıl başa çıkabiliriz? Buna uyum sağlarız. Eğer böyle bir gerçeklik varsa, onu deneyimlemek isteriz. Ve bilim adamları, bu süptil değişimleri ölçmeyi öğreniyorlar ve bu enerji alanlarını ve frekansları ölçmek için araçlar geliştirmeye çalışıyorlar. Elektrokardiyogram (EKG) ile kalpten gelen elektrik akımlarını ölçerler. Elektroensefalogram (EEG) ile beyinden gelen elektrik akımlarını ölçerler. Şimdilerde ise SQUID diye bilinen süper iletken kuantum girişim aygıtı (superconducting quantum interference device) sözcüklerinin baş harflerinden SQUID diye kısaltılmıştır ve henüz ülkemizde yaygın bir isimle bilinmediğinden, bu orijinal kısaltma ile anılacaktır. Ç.N.) yardımıyla bedenin çevresindeki elektromanyetik alanları belirliyorlar. Bunu yaparken, cihaz bedene bile değmiyor. New York Üniversitesinden Dr. Samuel Williamson'a göre, SQUID yardımıyla beyin fonksiyonları hakkında EEG'den bile daha iyi bulgular elde edilmektedir.

Tıp bilimi bedensel dürtüleri, sağlık ve hastalığı, hatta yaşamın kendisini ölçmek için bu gelişmiş araçlara giderek daha fazla güvendiğince, enerji impulsları ve desenleri bakımından yeni-

den tanımlanmaya ihtiyaç göstermektedir. Daha 1939'da Yale Üniversitesinden Dr. H. Burr ve Dr. F. Northrop, bir bitki kökünün enerji alanını inceleyerek (Y veya Yaşam alanı adını verdikleri) bitkinin ne kadar sağlıklı yetişeceğini söyleyebiliyorlardı. Aynı şeyi, kurbağa yumurtası üzerinde çalışarak kurbağanın sinir sistemi üzerinde de yapabiliyorlardı. Böylesi bir ölçüm sistemi, yeni bir doğum kontrol yöntemi bulma çalışmalarında, kadınlarda yumurtlamanın tam başladığı anın belirlenmesinde de kullanılmıştır.

1959'da William and Mary Üniversitesinden Dr. Leonard Ravitz, İnsan Enerji Alanının kişinin zihinsel ve psikolojik durumuna göre değişiklik gösterdiğini belirlemişti. Bu alanın, düşünce süreçleriyle ilişkide olan bir alan olduğunu belirtmiştir. Buna göre, bu düşünce alanındaki değişimler, psikosomatik belirtilerin oluşmasına sebep olmaktadır.

1979'da bir başka bilim adamı, New York/Syracuse'deki Upstate Tıp Fakültesinden Dr. Robert Becker, vücut sinir sistemine benzeyen karmaşık bir elektrik alanının haritasını çıkarmıştır. Bu alana Doğru Akım Kontrol Sistemi adını vermiş ve fizyolojik ve psikolojik değişimlere bağlı olarak bu alanın şeklini ve gücünü değiştirdiğini bulmuştur. Ayrıca bu alanın çevresinde dolaşan elektron boyutunda parçacıklar da saptamıştı.

Rusya'daki Kazak Üniversitesine mensup Dr. Victor Inyushin, 1950'den beri İnsan Enerji Alanı hakkında araştırmalarını sürdürmektedir. Bu deney ve araştırmaların sonucunda iyon, serbest proton ve elektronlardan oluşan bir "biyop-

lazmik" enerji alanından bahsetti. Bunlar maddenin dört bilinen halinden -katılar, sıvılar, gazlar ve plazma- farklı olmakla beraber, Inyushin bulgusunun, maddenin beşinci hali olduğunu öne sürmektedir. Gözlemlerine göre, biyoplazmik parçacıklar hücrelerdeki kimyasal işlemlerle yenilenirler ve sürekli bir devinim halindedirler. Nispeten denge halinde olan biyoplazmadaki negatif ve pozitif parçacıklar bu şekilde dengede kalırlar. Eğer bu dengede ciddi bir kayma meydana gelirse, organizmanın sağlığı da bundan etkilenir. Biyoplazma normal denge halinde olmasına rağmen, Inyushin bu enerjinin önemli bir kısmının uzaya ışınlar halinde saçıldığını bulmuştur. Organizmadan kopan biyoplazmik parçacıklar bulutu, bağımsız olarak havada dolaşırken de ölçülebilir.

Demek ki, vücuttan kopup çevreye dağılan ve etrafta dolaşan biyoplazmik formlar, düşünce alanları ve enerji alanlarını kapsayan bir dünyaya dalıyoruz. Bizzat titreşen, ışın saçan biyoplazma haline geldik! Ancak literatüre baktığımızda, bunun yeni bir kavram olmadığını görürüz. Sadece, günümüzde kavramsal tarifi tekrar yapılmıştır. Fiziksel dünya hakkındaki bilgimiz üzerine yoğunlaşan Batılı bilim adamları, bu tür kavramları görmezden gelmiş ya da reddetmişlerdi. Bilgi geliştikçe ve Newton fiziği rölativite, elektromanyetik ve parçacık teorilerine dönüştükçe, nesnel bilimsel tanımlamalar ile öznel insan deneyimleri arasında daha iyi ilişkiler kurabilecek hale geliyoruz.

4. Bölüm

KENDİMİZİ NASIL GÖRDÜĞÜMÜZ ve GERÇEK HALİMİZ ARASINDAKİ PARALELLİKLER ve BATI'DAKİ BİLİMSEL GÖRÜŞLER

Kabul etmek istediğimizden de fazla, Batılı bilimsel mirasın ürünleriyiz. Düşünmeyi öğrenişimiz ve kendimize dair tanımlamalar, bir şekilde fizikçilerin fiziksel evreni tanımlama yollarına dayanır. Bu kısımda, fizikçilerin bu tanımlayış tarzlarının ve buna bağlı olarak da bizim kendimizi tanımlayışımızın nasıl değiştiğinin kısa bir tarihçesini okuyacaksınız.

Batılı bilimsel metodun, matematiksel ve deneysel kanıtlar arasında uyuma sağlama üzerinde yoğunlaştığını unutmamak gerekir. Uyuma sağlanamazsa, fizikçiler bu kanıtları kurulu olaylara uyduracak şekilde yeni teoriler üretmeye çalışırlar. Bu, Batılı bilimsel metodu böylesine güçlü kılan ve de elektriğin kullanımıyla pratik icatların ve atomaltı fenomenin kullanımıyla tıpta röntgen ışınlarının, tomografi tarayıcıları ve lazerler gibi büyük buluşları ortaya çıkarmasına neden olan şeydir.

Bilgimiz ilerledikçe, yeni fenomenleri keşfetmek için yollar açılır. Çok zaman, bu fenomenler açıklandıkları zamanda kabul gören teorilerle tanımlanmaz. Daha önce terk edilen teoriler üzerine yeni ve daha geniş teoriler üretilir, yeni deneyler düzenlenir ve deneyler ve matematiksel kanıtlar arasında uyuma sağlanana kadar uygulanır. Yeni teoriler, fiziksel kanunlar olarak kabul edilir. Yeni fenomeni tanımlayacak yeni yollar bulma işlemi görüşümüzü geliştirir ve fiziksel gerçeklik diye kabul ettiğimiz şey hakkındaki sınırlarımızı genişletmemizi sağlar. Yeni fikirleri günlük yaşamımıza böylece daha iyi uydurabilir ve kendimizi daha farklı görmeye başlayabiliriz.

Kitabın bu bölümü, bilimsel gerçeklik görüşünün, enerji alanlarından oluştuğumuz fikrini desteklediğini ve bunun, normal günlük deneyimlerimizin çok ötesine, yani bir holografik ev-

ren görüşüne geçtiğini gösterir. Bu evrende her şey birbiriyle, gerçekliğin bütünsel deneyimiyle ilişkili olarak bağımlıdır. Fakat önce tarihin bir bölümünü gözden geçirmemiz gerekir.

Newton Fiziği

Doğu dinleri, yakın zamanda kültürümüz üzerinde daha fazla etki sahibi olmaya başlayana kadar, kendimizi (büyük ölçüde şuursuzca) tanımlamamız, birkaç yüzyıllık fizik kurallarına dayanıyordu. Kendimizi katı maddeler olarak görmekteki ısrarımızdan bahsediyorum. Bu iddiaya, 17. yüzyıl sonları ve 18. yüzyıl başlarında Isaac Newton ve takipçileri tarafından sahip çıkıldı. Evrenin yapı taşlarının atomlar olduğu özü etrafında şekillenen Newton fiziği, 19. yüzyılda iyice yayılmıştı. Bu Newton atomlarının, katı maddeleri oluşturduğu düşünülüyordu; bunlar, proton ve nötronlardan oluşan bir çekirdek ve güneş etrafındaki gezegenler gibi çekirdek etrafında dönen elektronlardan oluşan atomlardı.

Newton fiziği, gezegenlerin ve mekanik makinelerin hareketini ve sıvıların akışkanlığını iyi bir şekilde açıklıyordu. Mekanikçi modelin başarısı, 19. yüzyıl bilim adamlarını, evreni, Newton hareket kurallarına uyan büyük mekanik bir sistem olarak düşünmeye itti. Bu kanunlar, doğanın temel kanunları olarak görüldü ve Newton mekaniği de doğa olaylarını açıklayan son teori olarak kabul edildi. Bu kanunlarla, zaman-mekan ilişkisi ve doğal sonuçları şekillendirilebiliyordu. Her şey nesnel olarak betimlenebiliyordu. Tüm fiziksel reaksiyonlar, bir şeylerin fiziksel sonuçları olarak görülüyordu. Görünmeyen dalgalar ile radyodan sesin duyulması gibi enerji-madde iliş-

kileri henüz bilinmiyordu. Sadece psikolojik deneylerde değil, fiziksel deneylerde de deneyi yapan kişinin deneyin sonucunu etkileyebileceği henüz bilinmiyordu.

Newton kuralları, dünyayı hala katı ve değişikliklerin olamayacağı, her şeyin kesin kurallarla belirlendiği bir şekilde görmek isteyenler için rahatlatıcı olabilir. Günlük hayatımız hala büyük oranda Newton mekaniğine uyar şekilde işlemekte. Elektrik sistemleri haricinde, evimiz de buna uyuyor. Bedenlerimizi de mekanik bir şekilde kullanıyoruz. Deneyimlerimizi klasik üç boyutlu dünyada ve doğrusal zaman içinde ediniyoruz. Saatlerimiz var. Saatlerimizi, hayatımızı yapılandırmak, yani genelde doğrusal bir biçimde sürdürmek için kullanıyoruz.

Günlük hayatın acelesi içinde, "vaktinde" bir yerlerde olmak telaşıyla, kendimize daha derin bir bakışla bakmaya fırsat bulamıyor olabiliriz. Birine evrenin neden yapıldığını sorun, büyük ihtimalle Newton kanunlarını ve elektronları, nötronları anlatmaya başlayacaktır. Ancak bunu kelimesi kelimesine gerçek diye düşünecek olursak, kendimizi etrafımızı dönen mini minnacık pin-pon toplarıyla sarılı bir şekilde düşünmenin rahatsızlığıyla baş başa bulabiliriz.

Alan Teorisi

19. yüzyılın başlarında, Newton fiziği ile tarif edilemeyen yeni bir fiziksel olay keşfedildi. Elektromanyetik fenomenin keşfi ve ilgili çalışmalar, gündeme alan kavramını getirdi. Alan, uzayda yer alan, güç üretme potansiyeli olan durum olarak tanımlandı. Eski Newton yasalarına göre, protonlar ve nötronlar gibi pozitif ve negatif yüklü iki parçacık birbirini çeker. Michael Faraday ve James Clerk Maxwell, alan teorisini kullanmayı daha uygun buldular ve her yükün kendi çevresinde "dalgalanma" ve "durum" sahibi olduğunu, diğer mevcut yükün de gücü hissettiğini söylediler. Yani bu teoriye göre, bu bahsedilen alanlar birbirleriyle ilişki halindeydiler. Yani konuşma ve bakışmadan ayrı olarak, birbirimizi belli bir mesafeden etkileyebilmemiz için bir başka güç daha ortaya çıkmış oluyordu. Belki telefonu kaldırdığınız zaman karşınızdaki bir şey söy-

lemeden kim olduğunu bildiğiniz olmuştur. Aneler, çocuklarının başları dertteyse uzaktan bunu anlayabilirler. Bu da alan teorisi ile açıklanabilir.

Son 15-20 (fizikçiler 100 yıl geriden geliyor) yıldır, çoğumuz kişisel ilişkilerimizi açıklarken bu tip kavramları kullanır olduk. Bizzat kendimizin de alanlardan oluştuğumuzu yeni yeni kabul ediyoruz. Odadaki başka birinin varlığını onu görmeden veya duymadan da anlayabiliriz (alan etkileşimi), iyi ya da kötü titreşimlerden bahsederiz, enerji yollamaktan ya da birbirimizin düşüncelerini okumaktan söz ederiz. Birinden hoşlanıp hoşlanmayacağımızı anlayabiliriz, bu "biliş" de alan etkileşimimizin ahenkli olup olmaması ile açıklanabilir.

Rölativite

1905'te Albert Einstein Özel Rölativite Teorisini yayımladı ve Newton kanunları hakkındaki görüşleri yerle bir etti. Rölativite teorisine göre, uzay üç boyutlu değildi ve zaman diye ayrı bir mevcudiyet de yoktu. Hepsi, uzay-zaman bağlamında bir dört boyutlu ortamı oluşturuyordu. Dolayısıyla, zaman olmadan mekandan, mekan olmadan da zamandan bahsedemezdik. Dahası, evrensel bir zaman kavramı da yoktu, zaman doğrusal ya da kesin bir kavram değildi. Zaman göreceliydi, izafiydi, rölatifti. İki gözlemci, gözledikleri olayların göreceli hızına göre, olayları farklı düzene koyabilirlerdi. Yani uzayı ve zamanı içeren tüm ölçümler kesinliği bir şekilde yitiriyordu. Zaman da mekan da, olayları sadece betimlemek için kullanılabildi.

Einstein'in rölativite teorisine göre, belli şartlarda iki gözlemci iki olayı zıt zamanlarda bile gözleyebilir; yani 1. gözlemci için olay A, olay B'den önce gerçekleşecek, 2. gözlemci için ise olay B, olay A'dan önce.

Zaman ve mekan, kendimizi ve doğal olayları tanımlamamızda çok büyük önem taşıdıklarımdan, onların tanımlanmasındaki bir değişiklik, kendimizi ve doğal olayları tanımladığımız tüm çerçevenin de değiştirilmesini gerekli kılar. Einstein'ın teorisini henüz günlük hayatımıza tam olarak sokabilmiş değiliz. Örneğin, bir arka-

daşımızın başına bir şey geldiğine, mesela merdivenden düştüğüne dair psişik bir bilgi aldık diyelim; saate bakar ve ilk fırsatta iyi olup olmadığını anlamak için onu ararız. Aynı zamanda sezgimizi doğrulamak için böyle bir şeyin olup olmadığını da öğrenmek istiyoruzdur. Ararız ama arkadaşımıza bir şey olmamıştır. Bunun, hayalgücümüzün bir oyunu olduğu sonucuna varır ve deneyimimizi yadsırız. Bu, Newtoncu düşünüş biçimidir.

Halbuki, Newton mekaniği ile açıklayamadığımız deneyimler yaşadığımızı ama duyu ötesi deneyimlerimizi doğrulamak için Newton kanunlarını kullandığımızı anlamalıyız. Bir başka deyişle, gördüğümüz gerçek bir deneyimdir. Zaman doğrusal (lineer) olmadığına göre, olay gerçekten olmuş olabilir. Onu gördüğümüz zamanda olabilir ve gelecek bir zamanda olabilir. Kendisini hiç tezahür ettirmeyecek olası bir oluş da olabilir. Sıfır ilişkilendirmeye çalıştığımız sırada gerçekleşmediği diye, öngörümüz yanlıştı demek doğru olmaz. Ama arkadaşımızla ilgili öngörümüze Newton zamanını gösteren bir de saat ve takvim dahil olsa, olayın zaman-mekan sürekliliği hakkında bilgi edinebilirdik. O zaman, olayı Newtoncu fiziksel gerçeklik içinde doğrulamak daha kolay olurdu.

Artık Newtoncu düşünüş biçimimizin dışında kalan deneyimleri yadsımdan vazgeçip gerçeklik çerçevemizi genişletmenin zamanı geldi. Hepimizin, zamanın çok hızlı veya çok yavaş ilerlediğini söylediğimiz zamanlar olmuştur. Eğer kendi ruhsal hallerimizi gözleyebilseydik, kişisel zamanımızın içinde bulunduğumuz psikolojik hal ve edindiğimiz deneyimlere göre değiştiğini görebilirdik. Örneğin, bir araba kazasından hemen önceki birkaç korku dolu saniye, bize çok uzun bir zaman parçasıymış gibi gelebilir, çok yavaş geçmiştir. Saatle ölçüldüğünde, süre sadece birkaç saniyedir, ancak zaman bize yavaşlamış gibi gelir. Deneyimlenen zaman, saatle ölçülemez çünkü saat, Newton mekaniği tarafından doğrusal olarak tanımlanan zamanı ölçmek için tasarlanmış Newtoncu bir aygıttır.

Deneyimlerimiz, Newton sisteminin dışında gerçekleşir. Bazen, uzun yıllar görmediğimiz biriyle karşılaşır ve sanki ondan daha dün ayrılmışız gibi hissederiz. Regresyon terapilerinde,

birçok insan çocukluk dönemlerini sanki o an yaşıyormuş gibi oluyor. Ayrıca, hafızamızın bu anıları, ortak anıları paylaştığımız insanlardan farklı biçimde sıraladığını da görüyoruz. (Kardeşlerinizle çocukluk anılarınızı hatırlayarak bunu deneyebilirsiniz.)

Doğrusal zamanı yaratacak saatleri olmayan Amerikan yerli kültürü, zamanı ikiye ayırmıştır: şimdi ve diğer tüm zaman. Avusturalya yerlilerinde de benzer bir ayırım vardır: geçen zaman ve Büyük Zaman. Büyük Zamanda, olayların sırası vardır ama tarihi yoktur.

Lawrence Le Shan, durugörülerle yaptığı deneylerinden sonra zamanı ikiye ayırmıştır: normal doğrusal zaman ve Durugörü Zamanı. Durugörü Zamanı, bu kişilerin yetenekleri kullandıkları zamanın niteliği ile ilgilidir. Büyük Zamana benzer. Yine sıralanış söz konusudur ama bu kez olan ya da deneyimlenenin görüş açısından. Eğer bu kişi tanık olduğu olayların sırasına müdahale etmeye kalkarsa, o zaman normal doğrusal zamana geri döner. Bu durumda kendini tekrar Durugörü Zamanına göre ayarlaması gerekir. Bahsettiğimiz bu bir zaman penceresinden diğerine geçme işlemini yöneten kurallar, pek anlaşılamamıştır. Çoğu durugörür, bir kişinin hayatının ya da kişinin ihtiyaçlarına göre geçmiş yaşamının sadece belirli bir zamanına yoğunlaşabilirken, bazıları gereken her zaman parçası ile ilgilenebilirler.

Einstein'in zaman-mekan sürekliliğine göre, olayların görünürdeki bariz doğrusallığı, gözlemciye bağlıdır. Geçmiş yaşamları, şu anki benzer fiziksel bir mekanda ama geçmişte yaşanan olaylar bütünü olarak kabullenmeye gereğinden fazla hazırızdır. Geçmiş yaşamlarımız, başka bir zaman-mekan sürekliliğinde şu an yaşanıyor da olabilir. Pek çoğumuz "geçmiş hayatlarımızı" deneyimledik ve etkilerini sanki yakın bir geçmişte yaşamışlar gibi hissederiz. Fakat gelecekte olacak olanların üzerimizdeki etkisinden bahseden pek çıkmaz. *Hayatı ŞU ANDA yaşadıkça, geçmiş ve geleceğimizi aslında yeniden yazmakta olmamız daha büyük bir ihtimal haline geliyor.*

Einstein'in rölativite teorisinin bir diğer sonucu da, maddenin ve enerjinin birbirine dönüşürülebileceğinin fark edilmesidir. Kütle, bir enerji formundan başka bir şey değildir. Madde

yavaşlamış ya da kristalleşmiş bir enerjidir. Vücudumuz enerjidir. Bu kitabın tamamı, aslında bunu açıklamaya çalışıyor! Enerji bedenler kavramından bahsettim ama fizik bedenimizin de bir enerji olduğunu henüz açıklamadım.

Paradoks

1920'lerde fizik, atomaltı dünyanın beklenmedik ve garip gerçekliğine girdi. Ne zaman fizikçiler doğaya bir soru ile gitseler, doğa bir paradoks ile cevap veriyordu. Olayı daha iyi açıklamaya çalıştıkça, paradokslar da daha içinden çıkılmaz hale dönüşüyordu. Böylece sonunda anladılar ki, paradokslar da tüm fiziksel gerçekliğimizin dayandığı atomaltı dünyanın yaratılıştan parçasıydılar.

Örneğin, ışığın bir parçacık olduğunu kanıtlamaya çalışan bir dizi deney yapan birini ele alalım. Bu deneylerdeki küçük bir değişiklik, ışığın bir dalga olduğunu kanıtlar. Böylece, ışık fenomenini açıklarken, hem parçacık hem de dalga kavramları kullanılır. Böylece, *ikisi/ve* kavramlarına dayanan bir evrene doğru geçeriz. Fizikçiler buna tamamlayıcılık der. Yani bir fenomeni betimlemek için (hala dalga ve parçacıktan bahsediyoruz) her iki tanımı da kullanmamız gereklidir. Bunlar zıt değildirler, yani *hiçbiri/veya* tarzındaki eski kavramda olduğu gibi, bütünüleyici olarak biraradadırlar.

Örneğin, Max Planck, ısı enerjisinin yayınının (örneğin evinizdeki radyatör gibi) devamlı bir şekilde yayılmadığını, *kuanta* denilen ayrı ayrı "enerji paketleri" halinde göründüklerini keşfetmiştir. Einstein'a göre, elektromanyetik yayınım sadece dalgalar halinde değil, bu kuantalar şeklinde de görünmektedir. Bu hafif kuantalar veya enerji paketleri, parçacık olarak kabul edilmektedir. Oyunun bu safhasında, bir "şey" in en yakın tanımı olan bir parçacık, bir enerji paketidir!

Maddenin daha derinlerine indikçe, doğa bize Newton fiziğinin gösterdiği gibi "temel yapı blokları" şeklinde izole edilmiş hiçbir şey göstermez. Fizikçiler artık temel diye adlandırması zor olan parçacıklar buldukça, temel yapı blokları hakkındaki araştırmalar da terk edilecektir. Ge-

çen yüzyıllarda yapılan deneylerde, fizikçiler maddenin tamamen değişebilir olduğunu ve atomaltı düzeyde maddenin belirli yerlerde var olmadığını, ancak var olma "eğilimi" gösterdiğini bulmuşlardır. Tüm parçacıklar, başka parçacıklara dönüştürülebilir. Enerjiden yaratılabilir ve başka bir parçacığa dönüştürülebilirler. Enerjiden yaratılıp enerjide kaybolabilirler de. Bunun nerede ve ne zaman olacağına karar veremeyiz ama bunun sürekli olarak meydana geldiğini de biliyoruz.

Kişisel düzeyde, modern psikoloji ve ruhsal gelişme üzerine eğilirsek, eski hiçbir/veya formunun ikisi/ve formuna dönüştüğünü görebiliriz. İyi ya da kötü değiliz artık, birini sevemez ya da ondan nefret edemeyiz. Daha geniş yeteneklere sahip olacağız. Sevgiyi ve nefreti ve bunların arasındaki tüm duyguları aynı kişiye karşı hissedebiliriz. Sorumlu davranırız. Eski Tanrı/Şeytan düalizmi, içteki Tanrıça/Tanrı kavramını bulduğumuz ve bunun dıştaki Tanrıça/Tanrı kavramıyla kaynaştığı bir yeni bütünlüğün içinde kaybolur. Kötü olan, Tanrıça/Tanrı'nın zıddı değil, Tanrıça/Tanrı gücüne direnç göstermektir. Hepsi aynı enerjiden oluşmuştur. Tanrıça/Tanrı gücü siyah ve beyazdır, hem eril hem de dişildir. Hem beyaz ışığı hem de siyah boşluğu barındırır.

Okudukça, hala çelişkili kavramlarla açıklamalar yapmaya çalıştığımızı göreceksiniz, ama "bariz" zıtlıklar aslında "gerçek" zıtlar değildirler, onlar birbirlerinin tamamlayıcısı durumundadırlar. Bu sistemde ikiliği (düalizmi), bizi birliğe doğru huzlandıracak biçimde kullanırız.

Düalizmin Ötesi - Hologram

Fizikçiler, aslında parçacıkların aynı zamanda dalga olduklarını bulmuşlardır, çünkü bunlar ses ya da su dalgaları gibi fiziksel dalgalar değil, olasılık dalgalarıdır. Olasılık dalgaları, şeylerin olasılıklarından çok, karşılıklı bağlantı olasılıklarını temsil ederler. Bunu anlamak o kadar da kolay değil ama fizikçilerin söylediği "şey" diye bir şeyin olmadığıdır. Bizim "şeyler" dediğimiz, daha çok "olaylar" ya da olaylar haline gelebilecek yollardan bahsediyorlar.

Katı maddelerden ve determinist yaklaşım-

dan oluşan eski dünya kavramı, dalga benzeri örnekler ve karşılıklı bağlantılardan oluşan bir dünyaya dönüşüyor. "Temel parçacık", "madde özü" veya "izole edilmiş obje" gibi kavramlar anlamlarını yitirmekteler. Tüm evren, bölünemeyen enerji kalıplarından oluşan dinamik bir ağ halinde şimdi. Yani evren, gözlemcinin içinde bulunduğu dinamik ve bölünemez bütünlük olarak tanımlanabiliyor.

Eğer evren gerçekten de böyle bir ağ ise, o zaman (mantiken) parça diye bir şey de olmamalıdır. Demek ki, bizler bir bütünün bölünmüş parçaları değiliz. Bizler bir Bütünü.

Yakın geçmişte, fizikçi Dr. David Bohm, *The Implicate Order* (Saklı Düzen) adlı kitabında, başlıca fizik kurallarının, dünyayı parçalara bölme-ye kalkışan bir bilim tarafından keşfedilemeyeceğini yazıyordu. Tezahür etmemiş bir halde mevcut olan "açığa çıkmamış saklı düzen" diye tanımladığı şeyin, tüm tezahür etmiş gerçekliğin dayandığı şey olduğunu söylemektedir. Bohm, tezahür etmiş olan bu gerçekliği "açığa çıkmış belirgin düzen" diye adlandırır. "Parçaların bir-biriyle yakından ilişkide olduğu görülür, onların bu dinamik ilişkisi küçültülemeyecek şekilde bütün sistemin durumuna dayanmaktadır... Dünyanın, farklı parçalar halinde analiz edilebildiği ve bağımsız parçalardan oluştuğunu söyleyen klasik fikri yadsıyan, yeni bir ayrılmamış bütünlük fikrine yöneldiğimizi söyleyebiliriz."

Dr. Bohm, bu düzen kavramlarını anlamak için, evrene holografik bir bakışın, açığa çıkmamış saklı düzen ve açığa çıkmamış belirgin düzeni anlayabilmek için iyi bir başlangıç noktası olacağını söylüyor. Hologram kavramına göre, her bir parça bütünün tam bir temsilini içerir ve tüm hologramı tekrar kurmak için kullanılabilir.

1971'de Dennis Gabor, ilk hologramı kurarak Nobel ödülü kazandı. Bu, bir nesne tarafından dağıtılan ışığın dalga sahasını bir tabaka üzerine girişim deseni olarak kaydeden mercek-siz bir fotoğraftı. Hologram ya da fotoğraf kaydı bir lazer ya da tutarlı bir ışık demetine yerleştirildiğinde, orijinal dalga deseni üç boyutlu olarak tekrar üretiliyordu. Hologramın her bir parçası bütünün tam bir temsiliydi ve tüm görüntüyü tekrar kurmaktaydı.

Ünlü bir beyin araştırmacısı olan Dr. Karl

Pribram, beynin derin yapısının aslında holografik olduğunu ortaya çıkaran kanıtlar belirledi. Birçok laboratuvar tarafından zamansal ve/veya mekansal frekansların ayrıntılı analizleri, beynin görme, duyma, tat alma, koklama ve dokunmayı holografik olarak yapılandırıdığını gösteriyordu. Bilgi sisteme dağıtılıyor ve her bir parça bütünün bilgisini üretebiliyordu. Dr. Pribram, bu hologram modelini yalnızca beyin için değil, tüm evren için de öngörmektedir. Pribram'a göre beyin, zaman ve mekanı aşan holografik bir alandan, soyut holografik bir işlem çıkartıyordu. Parapsikologlar enerjiyi telepati, psikokinezi ve şifa yoluyla iletme konusunda araştırmalar yapmaktalar. Holografik evren bakış açısıyla, bu olaylar zaman ve mekanı aşan bir frekanstan çıkar, iletilmek zorunda değildirler. Potansiyel olarak aynı anda her yerdedirler.

Enerji alanları ve aura üzerinde konuşmaya başladığımız zaman bu fizikçilerin bakış açısına göre çok eski terimleri de kullanacağız. Aura fenomeninin, doğrusal zaman ve üç boyutlu mekânın hem içinde hem dışında olduğu açıktır. Daha önce sunduğum vaka çalışmalarındaki gibi, Ed'in ergenlik döneminde kuyruk sokumuna zarar verdiği zamanki deneyimlerini "gördüm", çünkü o bu deneyimi enerji alanı yoluyla taşı-mıştı. Sevilen kişinin "kıskançlık oku" var olan enerji alanında görülür ve durugörürlerin, zamanda geri gidip bu olayı meydana geldiği sırada izleyebildiği açıktır. Bu kitaptaki deneyimlerin pek çoğu üç boyutun dışındadır, o anda olan şeyler gibi görünürler. Bedenin içine bakabilmek, bir başka boyutu daha gerektirir. Şifa yoluyla olaylara başka bir zamanda müdahale edebilmek, tabi ki doğrusal zamandan daha öte bir şeyi gerekli kılar. İleride olacak bir olayı görebilmek de doğrusal zamanın ötesindedir.

Aurayı tanımlayan alanlar kavramını kullanırken, düalizme batmak zorundayız; yani alanı kendimizden ayıracağız ve "onu" bizim bir "parçamız" olarak var olan bir fenomen halinde gözlemleyeceğiz. "Benim alanım" ve "onun aurası" gibi terimlerini kullanacağız. Bu, düalistliktir. Bu noktada, bu eski çerçevelerden bakmadan olayları tam anlamıyla açıklayamadığım için özür diliyorum.

Holografik gerçeklik çerçevesinden bakıldı-

ğında, auranın her bir parçası bütünü sadece temsil etmekle kalmaz, aynı zamanda bütünü içerir de. Yani deneyimimizi ancak, aynı zamanda hem gözlemlediğimiz hem de yarattığımız bir fenomen ile betimleyebiliriz. Çünkü her gözlem, gözlenen olay üzerinde etki bırakır. Olayın sadece parçası olmaz, bir şekilde kendisi de oluruz. O biziz ve biz de oyuz; ancak artık "o" terimi bırakılmalı ve başka bir terim kullanılmalıdır, iletişim kurmak istediğimiz zaman beynimizin önünde engel oluşturan blokları yıkacak, daha uygun bir terim.

Fizikçiler, "karşılıklı bağlantıların olasılıkları" veya "ayrılmaz enerji desenlerinin dinamik ağı" gibi terimler kullanırlar. Ayrılmaz enerji desenlerinin dinamik ağını düşündüğümüzde, bizim bu kitapta açıklamaya çalıştığımız şeye pek de uzak olmadığını görebiliriz.

Tüm deneyimler birbiriyle karşılıklı bağlantılıdır. Bunun farkındaysak ve bu karşılıklı bağlantılı oluş halini düşünsel sürecimize dahil edebiliyorsak, zamandan bağımsız tüm deneyimlerin de farkına varırız. Fakat "biz" dediğimiz zaman düalizmle, yani çelişkiyle karşı karşıya kalırız. Bu bağlantıyı temel yaşam deneyimimiz için düşünmek çok da kolay değildir. *Bütünsel farkındalık, üç boyutun ve doğrusal zamanın dışında olduğu için, algılanması pek kolay değildir.* Bunu tanıyabilir hale gelmek için pratiğe ihtiyaç duyarız.

Doğrusal zihnin sınırını aşmak ve her şeyin karşılıklı bağlılığını gerçeklik olarak deneyimlemek için, meditasyon iyi bir yoldur. Bu gerçekliği sözle ifade etmek de zordur, çünkü biz sözleri de doğrusal anlamlarıyla kullanıyoruz. Belki de bunun için yeni bir sözlük geliştirmek gerek. Japonya'da Zen meditasyonunda, üstatlar öğrencilere, üzerinde yoğunlaşmaları için *koan* diye adlandırılan kısa ifadeler verirler. Bu, öğrencilerin doğrusal düşünceden ayrılmasına yardımcı olur. En sevdiklerimden bir örnek vereyim:

Bir eli çırpmanın sesi nedir?

Bu çok bilinen koana benim tepkim, kendimi sonsuza doğru akan duyulmayan bir sesin olduğu evrene doğru genişliyor halde bulmak oldu.

Işık Ötesi Bağlantılık

Bilim adamları artık hem matematik hem de deneysel bilim çerçevesinde bir evren boyunca geçerli bir karşılıklı bağlantılığın kanıtlarını buluyorlar.

1946'da fizikçi J. S. Bell, Bell teoremi olarak adlandırılan bir matematiksel kanıt yayımladı. Bu teorem, atomaltı parçacıkların mekan ve zamana dağıldıklarını, bir parçacığa ne olduğunun diğer parçacığı ilgilendirdiğini kanıtlıyordu. Bu etki aniydi ve aktarılacak için "zamana" ihtiyacı yoktu. Einstein'ın rölativite teorisine göre, parçacıkların ışık hızından yüksek bir hızla ilerlemeleri mümkün değildi. Bell teoreminde, ışık hızından yüksek bir hız söz konusuydu, yani ışık ötesi bir durum. Bu teorem, bugün deneylerle kanıtlanmış durumdadır. Artık Einstein'ın rölativite teorisinden çok ayrı bir fenomenden bahsediyoruz. Dalga/parçacık ikileminin ötesine geçmeye çalışıyoruz.

Bize maddenin daha derinlerine daha büyük bir hassasiyetle inmemize izin veren bilimsel teknoloji ilerledikçe, geçerli teorilerle açıklanamayacak fenomenlerle karşılaşacağız. Bu tarz bir keşif, 1800'lerde yapıldığında, elektriğin keşfi dünyada devrim yaratmış ve kim olduğumuz hakkında daha derin düşünmemize yol açmıştı. Bu durum 1940'larda tekrar olduğunda, atomik güç dünyada devrim yarattı. Anlaşılan o ki, muazzam değişimlerin yaşanacağı bir yeni döneme daha giriyoruz. Eğer fizikçiler bu anında karşılıklı bağlantılığın nasıl işlediğini öğrenebilirlerse, bizler de birbirimizle ve dünyamızla anında karşılıklı bağlantılı olduğumuzu şuurlu biçimde idrak etmeyi öğrenebiliriz. Bu da, birbirimizle nasıl etkileşimde olduğumuzu kesin biçimde değiştirebilir. Bu anında bağlantı, bizlere istediğimiz anda birbirimizin zihnini okuyabilme becerisini de sağlayabilir. Her birimizin içinde neler olup bittiğini bilebilir ve birbirimizi gerçekten derinden anlayabiliriz. Ayrıca düşüncelerimizin, davranışlarımızın, duygularımızın (enerji alanlarının) dünyayı önceden sandığımızdan daha fazla etkilediğini de daha iyi görebiliriz.

Morfogenetik Alanlar

A New Science of Life (Yeni bir Yaşam Bilimi) adlı kitabında Rupert Sheldrake, tüm sistemlerin bilinen enerji ve madde faktöründen başka, bir de görünmeyen enerji alanları tarafından organize edildiğini söylüyor. Bu alanlar ettirgendir; form ve davranış için şablon olarak görev yapıyorlar. Bu alanların, kelimenin bildik anlamıyla, enerjisi yoktur; çünkü etkileri, normalde enerjiye uygulanan zaman ve mekan sınırlarının ötesine uzanmaktadır.

Bu hipoteze göre, bir türün üyesi bir davranışı öğrendiği zaman, türün ettirgen sahası, yavaş da olsa değişmektedir. Eğer davranış yeterince uzun süre tekrarlanırsa, bunun "morfik rezonansı" bütün türü etkiler. Sheldrake buna, *morph* (form) ve *genesis* (var edilmek) köklerine dayanarak "morfogenetik alan" adını veriyor. Bu alanın hareketi, zaman ve mekanda "uzaktan etkide bulunmayı" içerir. Zamanın dışındaki fiziksel kanunlarla şekillenen form yerine, zaman içindeki morfik rezonansa bağlantılı olma durumu söz konusudur. Yani morfik alanlar zaman ve mekan içinde çoğalıp yayılabilirler ve geçmiş olaylar, diğer tüm olayları etkileyebilir. Bunun bir örneğini, Lyall Watson'un kitabı *Lifetide: The Biology of Consciousness*'ta (Yaşam Gel-Giti: Şuurun Biyolojisi), artık Yüzüncü Maymun İlkesi diye bilinen örnekte anlattıklarında bulabiliriz. Watson, bir maymun grubunun yeni bir davranışı öğrenmelerinden sonra, aralarında olası bir "normal" iletişim yolu bulunmayan diğer adalardaki maymunların da bu yeni davranışı sergilemeye başladıklarını bulmuştu.

Dr. David Bohm'un *Revisions* dergisinde belirttiğine göre, benzer şeyler kuantum fiziği için de söylenebilmektedir. Einstein-Podolsky-Rosen deneyine göre, birbirinden uzak parçacıklar arasında noktasal (mekansal) olmayan ve süptil bağlantılar vardır. Demek ki, sistemde bir bütünlük söz konusu ve biçimlendirici alan, sadece parçacığa atfedilemez. Bu ancak bütüne atfedilebilir. Öyleyse, birbirinden uzak parçacıklara olan şeyler, diğer parçacıkların biçimlendirici alanlarını da etkileyebilmektedir. Bohm'a göre, "evreni yöneten sonsuz kanunlar fikri artık geçerli olmaz çünkü bizzat zaman gelişmiş olan gereklili-

ğin bir parçasıdır."

Aynı yazıda, Rupert Sheldrake şöyle bir sonuca varıyor: "Yeni düşüncelere ve böylece gerçekleştirilen yeni bütünlere yol açan yaratıcı süreç, evrimsel süreçte yeni bütünlere doğmasına yol açan yaratıcı gerçekliğe benzer. Yaratıcı süreç, önceden ayrı olan şeylerin biraraya bağlandığı daha karmaşık ve daha yüksek düzeyli bütünlere art arda gelişmesi gibi de görülebilir."

Çok Boyutlu Gerçeklik

Bir başka fizikçi, Jack Sarfatti *Psychoenergetic Systems*'de (Psikoenerjetik Sistemler) şunu belirtir: Işık ötesi bağlantılılığın varoluş şekli, bir üst gerçeklik yoluyladır. Bizim gerçekliğimizin "üstündeki" düzeyde "şeyler" in daha birbirine bağlantılı ve olayların daha "ilişkili" olduğunu önermektedir. Buradaki "şeyler" de, yine bir üst gerçeklik sayesinde daha da çok karşılıklı bağlantılıdır. Demek ki, bir üst gerçekliğe erişerek, anında bağlantılılığın nasıl işlediğini anlayabilmemiz mümkün olabilir.

Sonuç

Fizikçilere göre, maddenin yapı taşlarından ziyade, ayrılamaz bir bütün halindeki evrenden söz edebiliriz; birbiriyle karşılıklı ilişkili, birbirinin içine dokunmuş engin bir olasılıklar ağından. Bohm'un çalışmaları gösteriyor ki, tezahür etmiş evrenimiz bu bütünden çıkar. Bizler bu bütünlüğün ayrılamaz parçaları olduğumuza göre, bütünsel oluş haline girebilir, bütün olabilir ve evrenin herkesi her yerde iyileştirebilecek yaratıcı güçleriyle bağlantıya geçebiliriz. Bazı şifacılar, bir dereceye kadar Tanrı ve hasta ile kaynaşarak ve bir hale gelerek bunu başarabilmektedirler.

Şifacı olmak, sevgiyi ve kendimizi evrensel anlamda tekrar tanımlayabildiğimiz deneyimler kazanarak ilerlemek demektir, Tanrı ile bütün hale geldiğimizi hissetmek, yaratıcı gücü paylaşmak. Newton fiziğindeki ayrı parçacıklar üzerine kurulu eski görüşlerimizden kurtulmak ve enerji alanımızı kullanabilmek için bütünsellik kavramını sindirmek zorundayız. Eğer bu bü-

tünsellik kavramını hayatımızla bütünleştirebilirsek, fantaziyi muhtemel ve daha geniş bir gerçeklikten ayırt edebiliriz. Enerji alanlarımızı kabul eder etmez, şuurumuzun genişlemesine daha yüksek frekanslar ve daha büyük bir tutarlılık eşlik edecektir.

Sarfatti'nin modelini kullanarak, kitapta daha sonra da bahsedilecek tanımlamayı yapabiliriz: aura dünyası ve evrensel enerji alanı. Yani biz bir dünyadan fazlasında yaşıyoruz. Yüksek bedenlerimiz (yüksek aurik frekanslar) diğerlerinin yüksek bedenleriyle, fiziksel bedenlerimizin olduğundan daha fazla iletişim halinde. Yüksek beden ve yüksek frekanslar hakkındaki farkındalığımız geliştikçe, evrendeki yerimizle daha sağlam bir bağ kuruyoruz. Bu kavramı kullanırsak, meditasyon deneyimi; şuurumuzu daha üst bir frekansa yükseltmek ve böylece içinde var olduğumuz yüksek bedenlerimizin, üst şuurumuzun ve yüksek dünyaların gerçekliğini deneyimlemek olarak da tanımlanabilir.

Gelin, artık deneysel bilimin söylediklerini

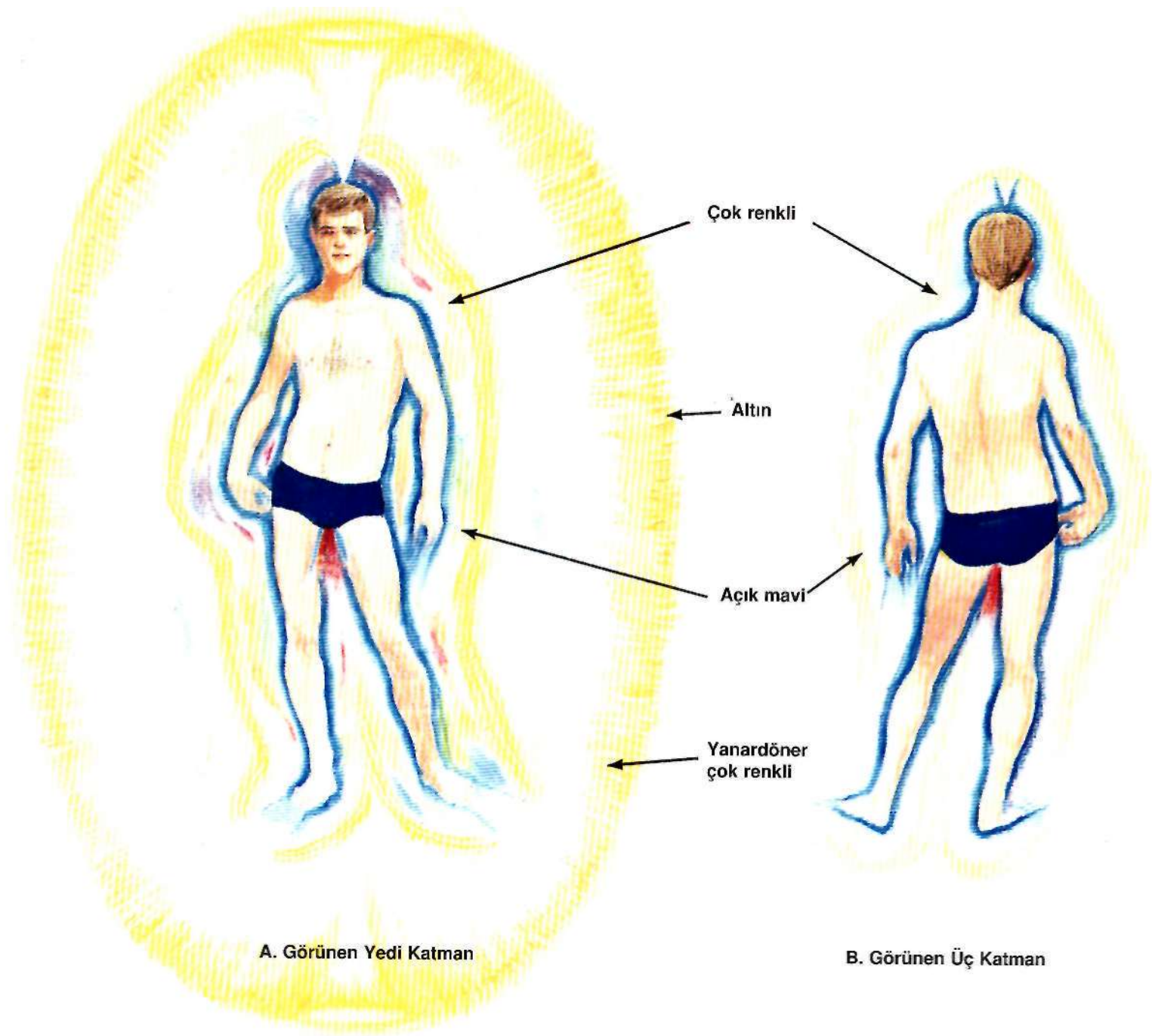
anlamak için enerji alanlarını daha yakından inceleyelim.

Hatırlayalım:

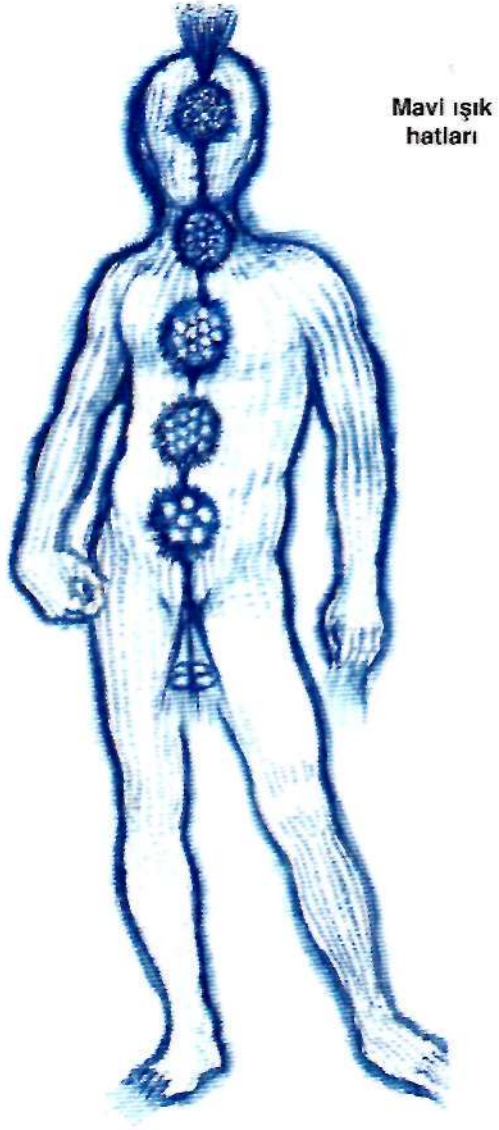
1. Bilimsel görüşler, kendimizle ilgili kavramlarımızı nasıl etkiler?
2. Sabit ve fiziksel dünya görüşü, artık niçin işimize yaramamaktadır?
3. Dünyanın işleyişi hakkında Faraday ve Maxwell'in yaptığı katkılarının önemi neydi?
4. Işık ötesi bağlantılık nedir ve günlük yaşamımızdaki önemi nedir?
5. İEA'nı tanımlamada çok boyutlu gerçekliğin yardımı ne olabilir?

Üstünde Düşünelim:

6. Kendinizi bir hologram olarak düşünün. Bu sınırlarınızı nasıl kaldırıyor?



Şekil 7-1. Normal Aura



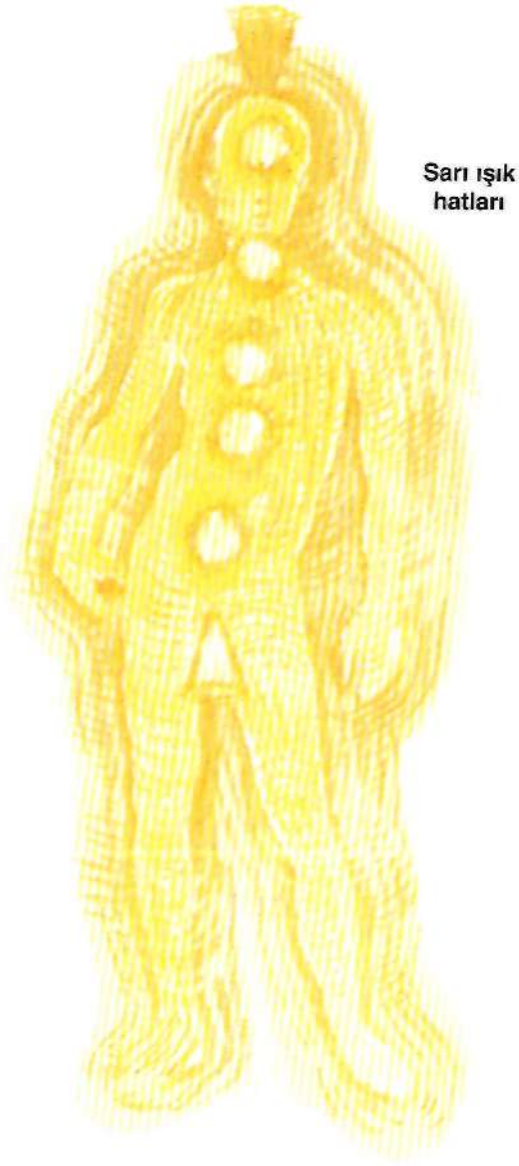
Mavi ışık
hatları

Şekil 7-7. Esiri Beden



Çok renkli
ışık bulutları

Şekil 7-8. Dıygu Bedeni



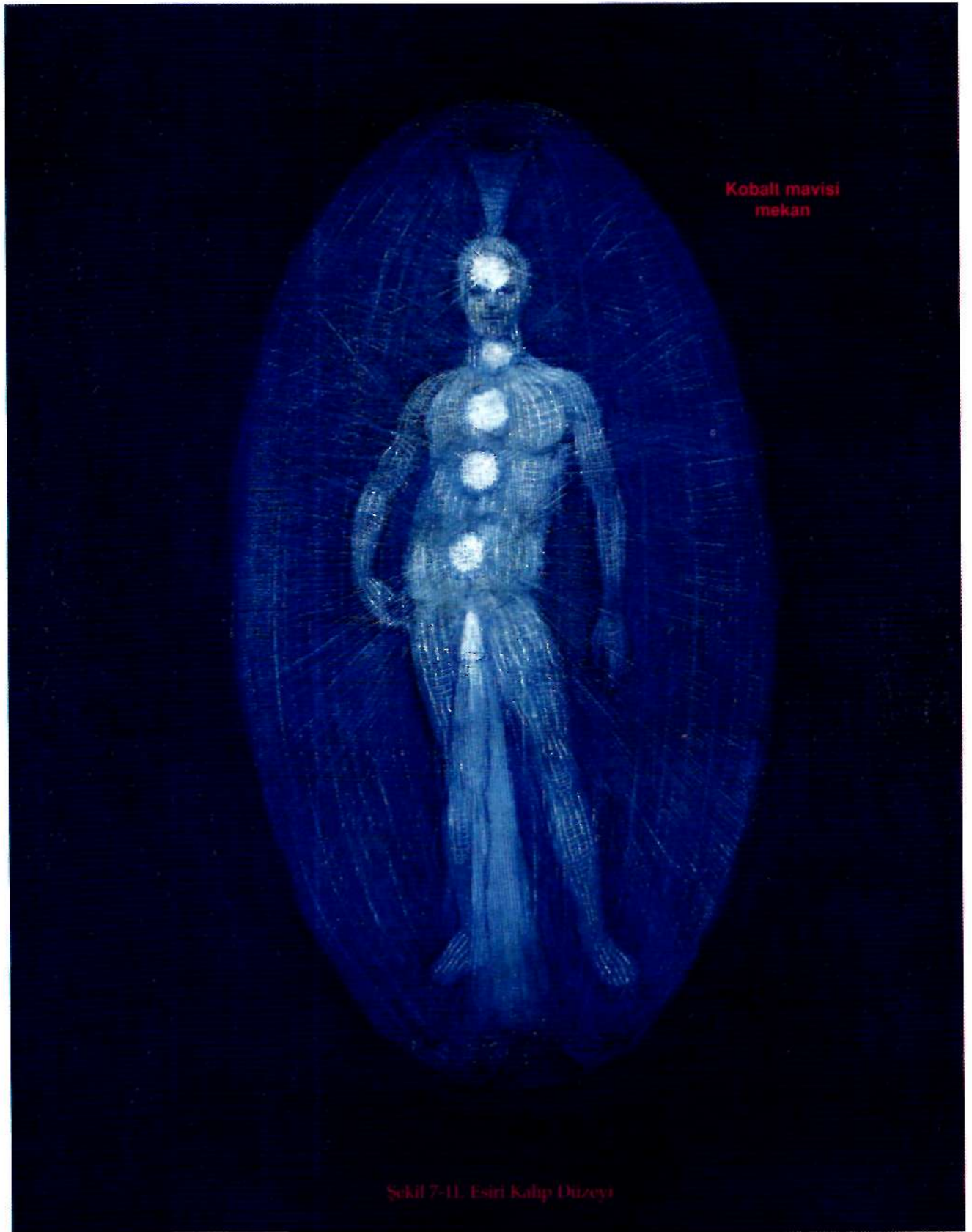
Sarı ışık
hatları

Şekil 7-9. Mantal Beden



Çok renkli
ışık bulutları

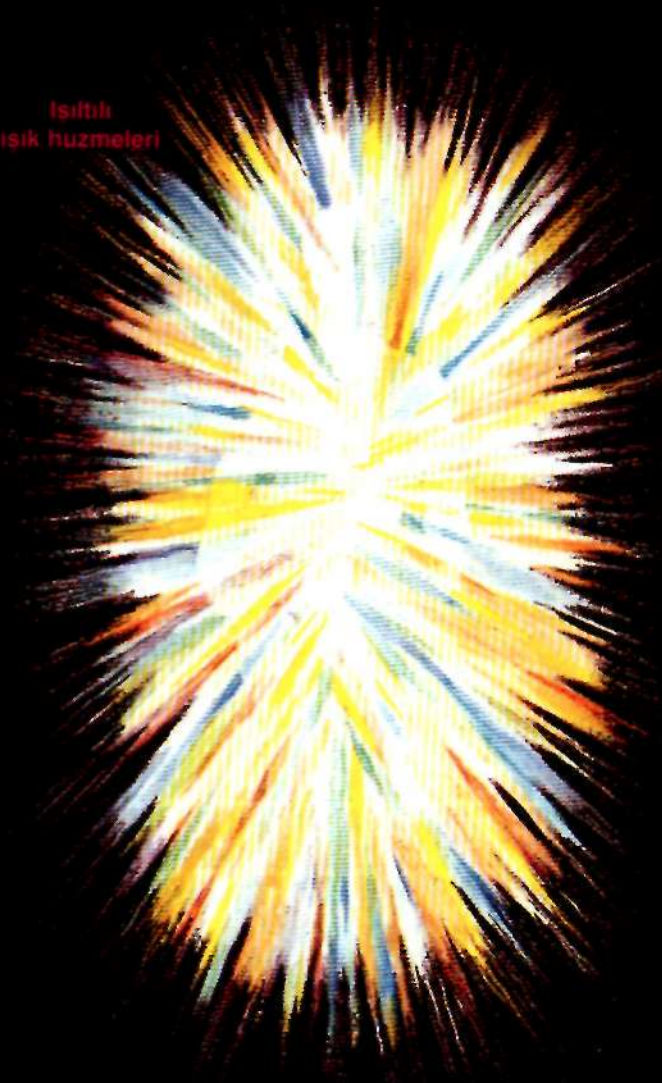
Şekil 7-10. Astral Beden



Kobalt mavisi
mekan

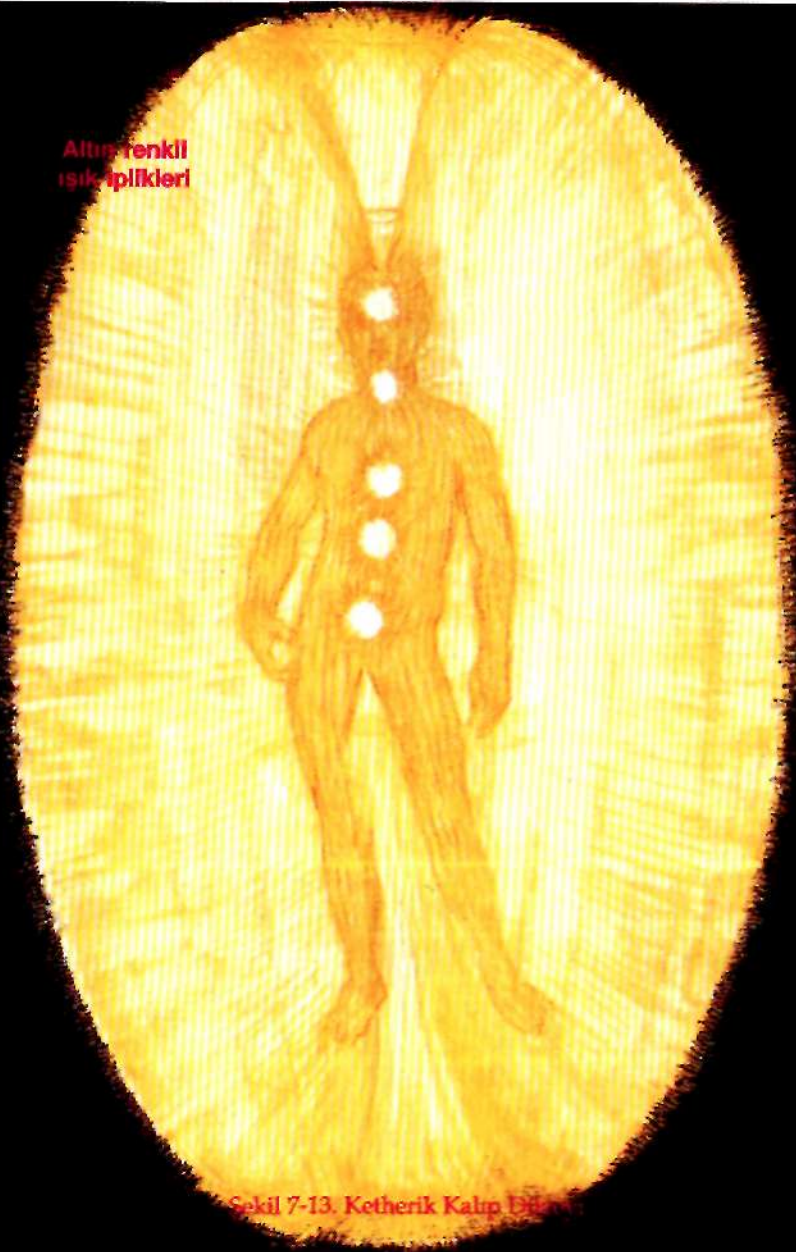
Şekil 7-11. Esiri Kalıp Düzeyi

Isıtlık
ışık huzmeleri



Şekil 7-12. Güneşli Beden

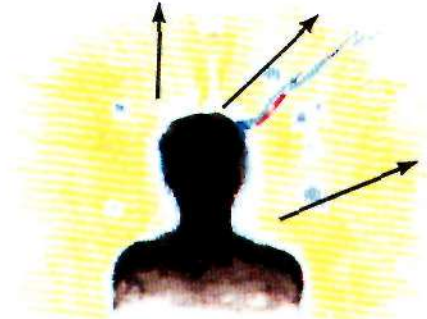
Altın renkli
ışık ipikleri



Şekil 7-13. Ketherik Kalıp Üzeri



A. Normal aura



B. Şarkı söyleyen müzisyen



C. Sevdığı konuda konuşma yapan adam



D. Eğitime tutkusu hakkında konuşan adam



E. Öz enerji dersi sonrası bir kadın



F. Genelde bu renk tişört giyen adam



G. Alanı artırmak için meditasyon yapan kadın



H. Hamile kadın



A. Oyun oynayan on bir yaşındaki çocuk



B. Babasının ölümüyle ilgili güçlü duygular taşıyan kadın



C. İfade edilen öfke



D. İçe atılan öfke



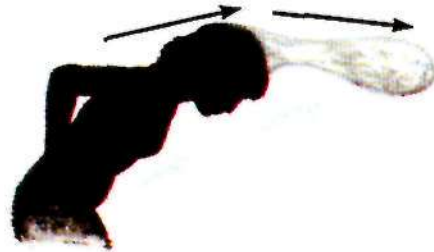
E. Kokain çekmeyle oluşan esiri sümük



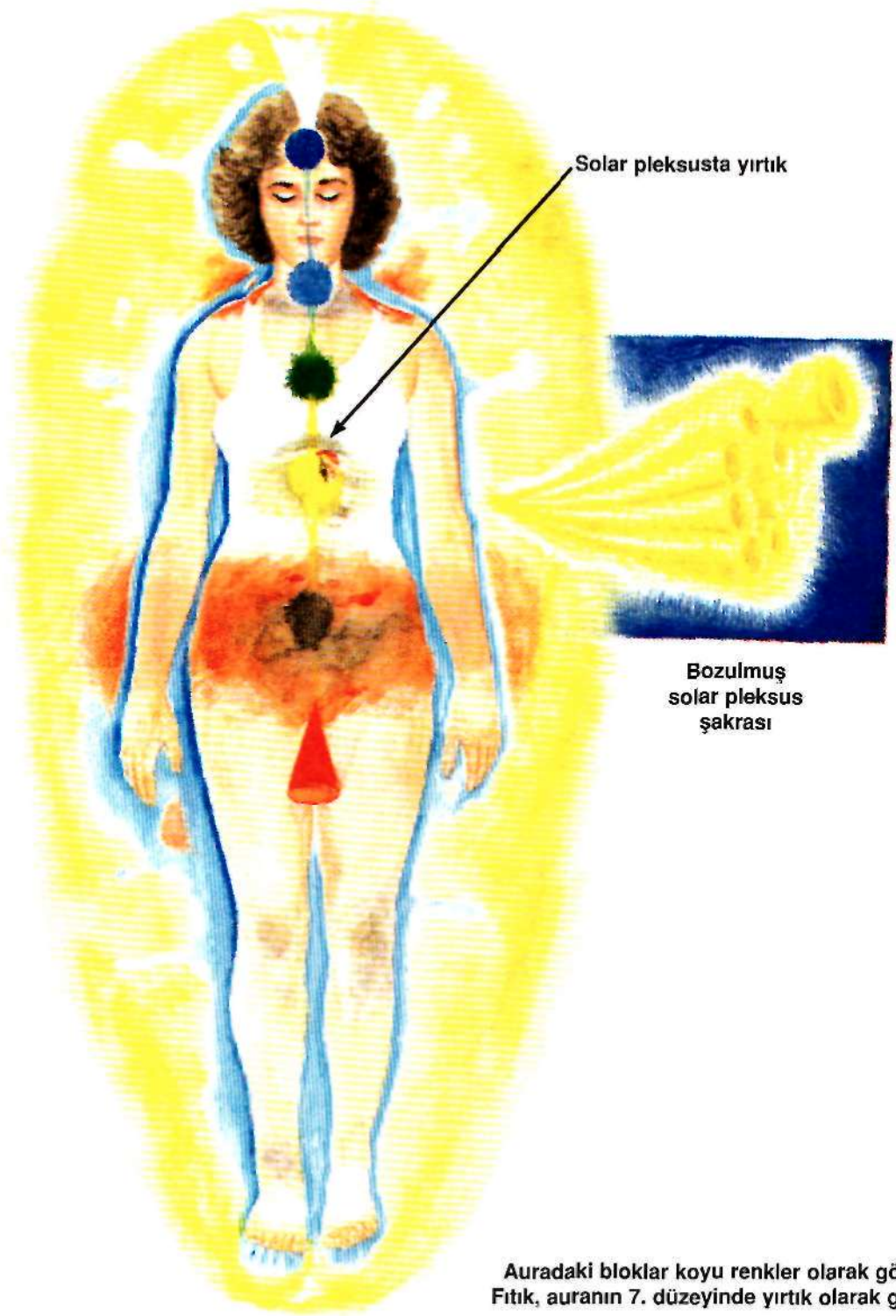
F. Çok LSD alan adam



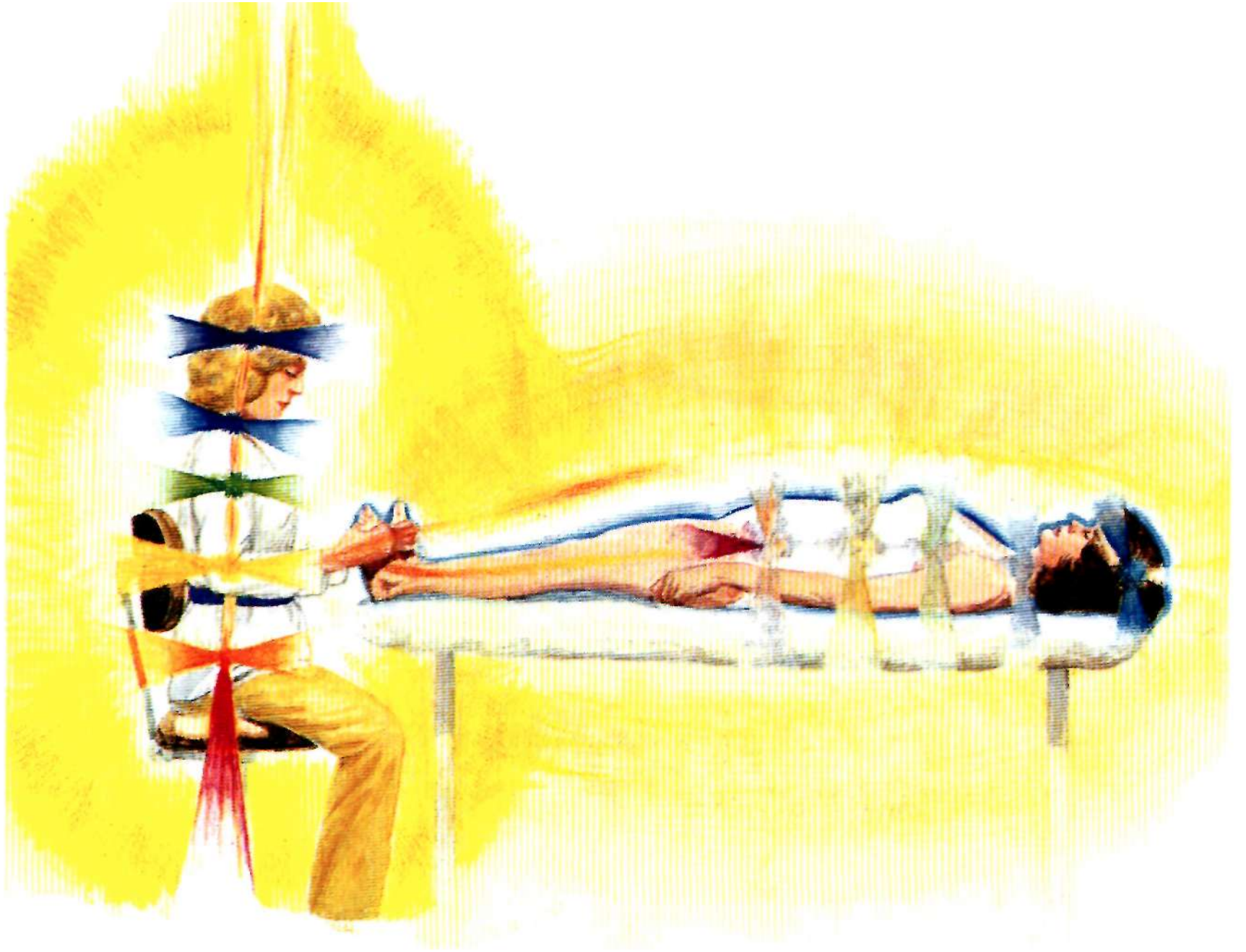
G. Başını daima belirli bir açıyla kaldıran adam



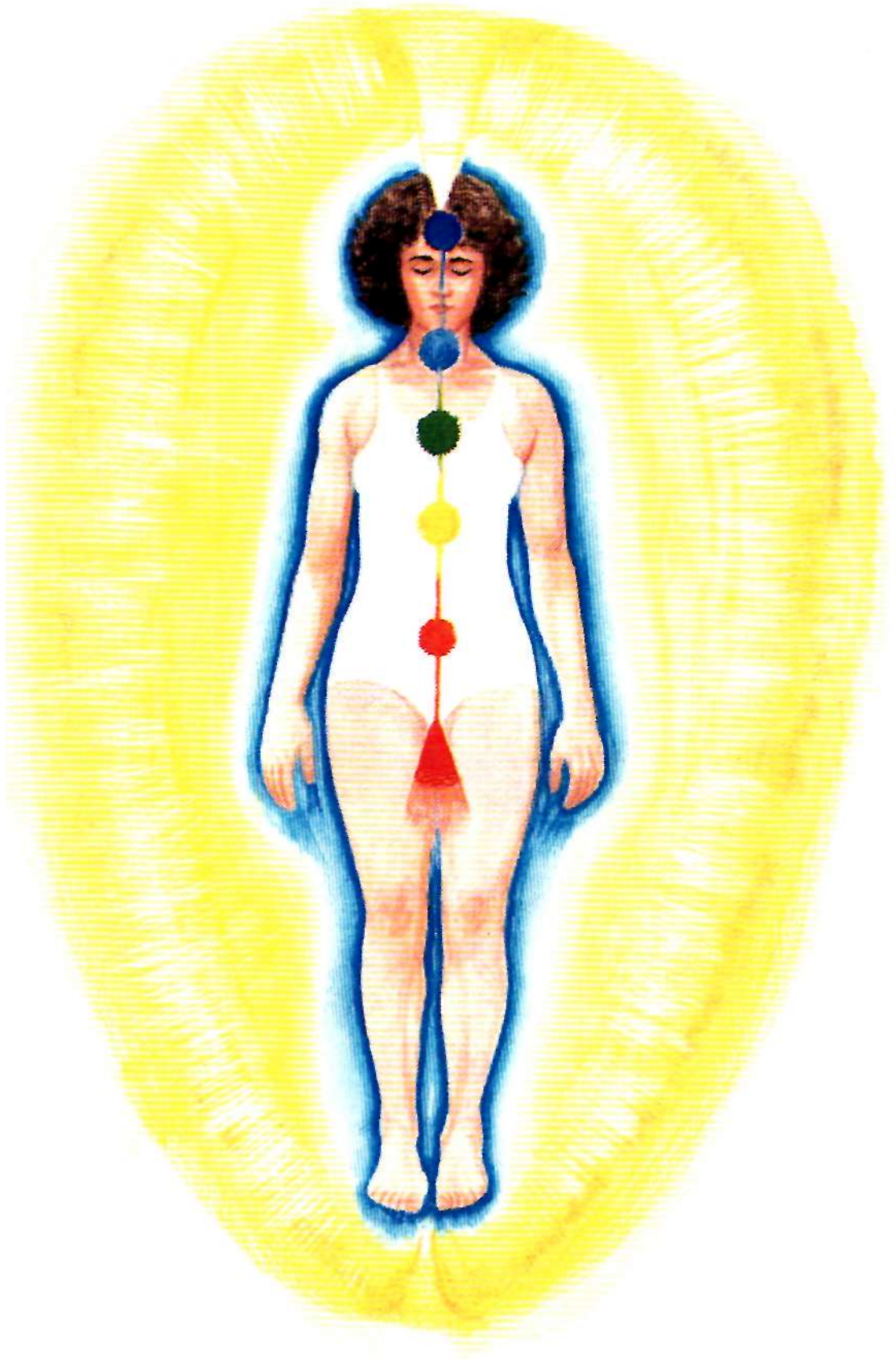
H. Aura ağırlık kazanmış görünüyor



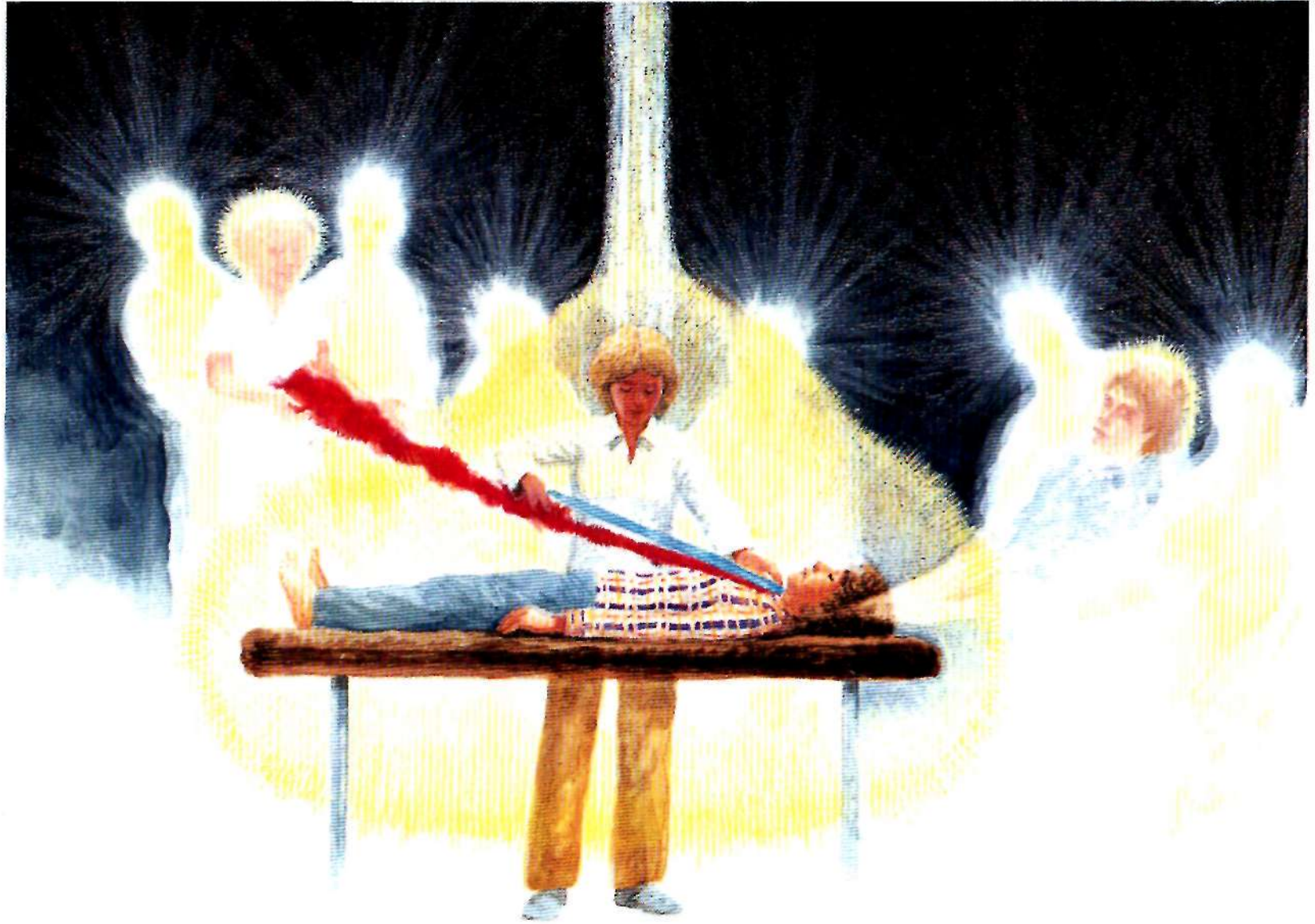
Şekil 22-4. Şifadan Önce Hastanın Aurası



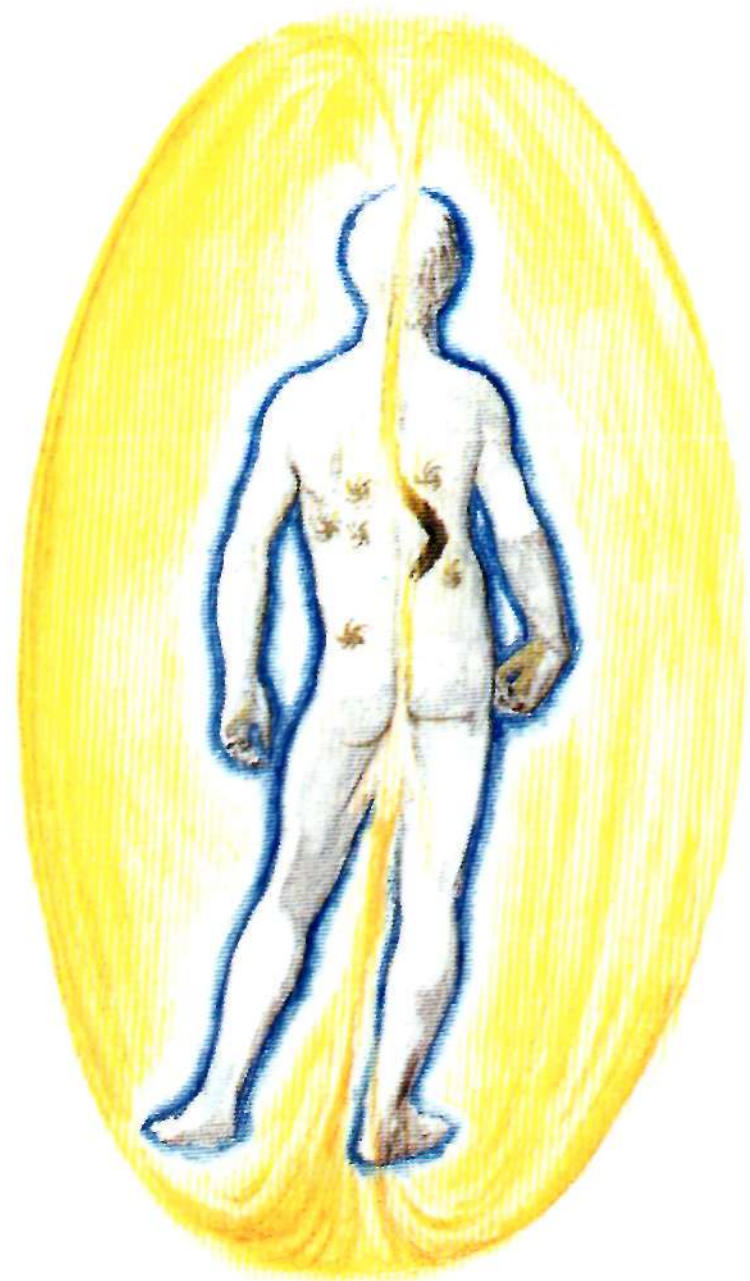
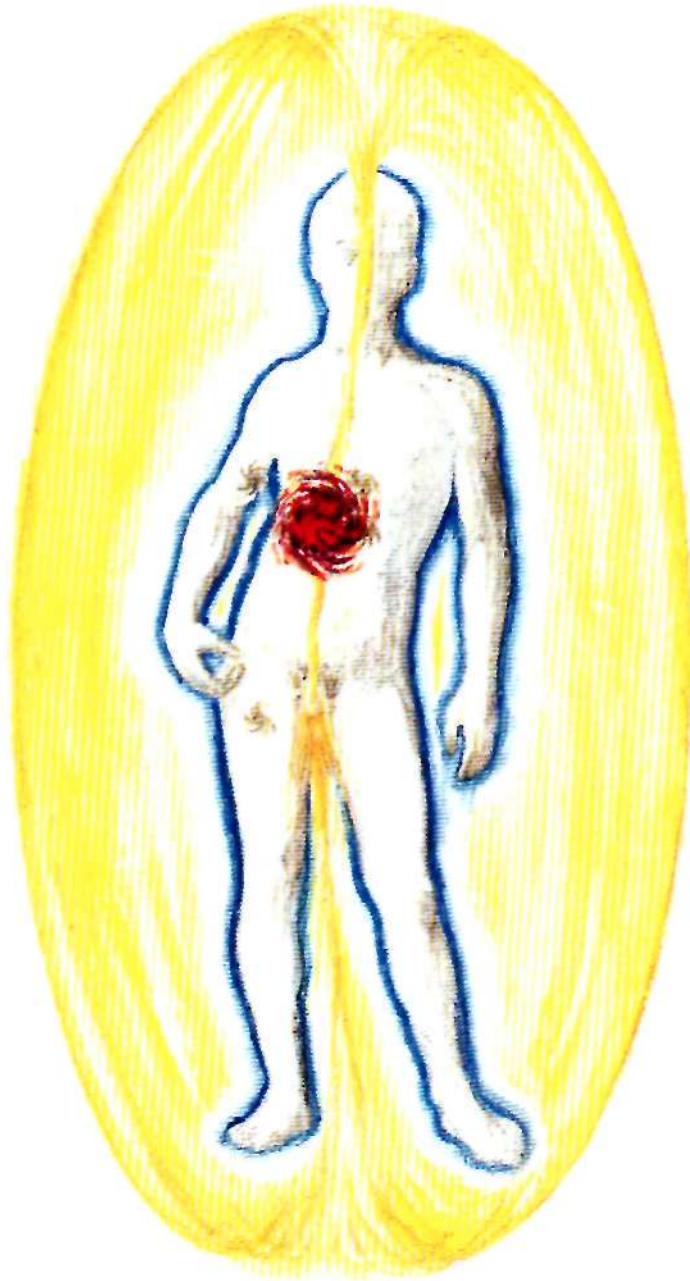
Şekil 22-6. Hastanın ve Şifacının Aura Alanı ile Evrensel Enerji Alanı Arasındaki Denge



Şekil 22-20. Şifadan Sonra Hastanın Aurası



Şekil 22-21. Sekizinci Düzey Kalkanı Yerleştirme



Şekil 24-1. Aurada Geçmiş Yaşam Travması



Şekil 24-2. Aurik Sümüğü Kristal ile Uzaklaştırma



Şekil 24-6. Işık Elleri

5. Bölüm

İNSAN ENERJİ ALANI ÜSTÜNE BİLİMSEL ARAŞTIRMALARIN TARİHİ

Mistikler enerji alanlarından ya da biyoplazmik formlardan bahsetmiş olmasalar da, dünyanın dört bir yanında 5000 yılı aşan gelenekleri, bilim adamlarının son zamanlarda yapmaya başladıkları araştırmalar ile uyumludur.

Ruhsal Gelenek

Tüm dinlerde, o din takipçilerinin üstat ya da saygın gördükleri kişiler, insanların başları etrafındaki ışığı görme deneyimlerinden söz etmişlerdir. Onlar meditasyon ve dua gibi dinsel uygulamalarla, uyumakta olan Yüksek Duyusal Algılama yeteneklerini açan genişlemiş şuur hallerine ulaşmışlardır.

Eski Hint ruhsal gelenekleri, ki bunlar 5000 yıllıktır, *Prana* denen evrensel enerjiden bahseder. Bu enerji, yaşamın temel kaynağı olarak görülür. *Prana*, yani yaşam nefesi, tüm formlar için geçerlidir ve onlara hayat verir. Yogiler, bu enerjiyi nefes alıp verme teknikleri, meditasyon ve fiziksel egzersizlerle, şuur düzeyini yükseltmek ve gençlik süresini artırmak için kullanırlar.

Çinliler, milattan önce üçüncü yüzyılda, *Ch'i* dedikleri bir yaşamsal enerjinin mevcudiyetini önerdiler. Hareketli ya da hareketsiz tüm madde bu evrensel enerjiden oluşur ve bunun hükmü altındadır. İki kutupsal güce sahiptir, yin ve yang. Yin ve yang dengedeyse, yaşayan sistem fiziksel sağlığa sahiptir; bir dengesizlik varsa, hastalık meydana gelir. Aşırı güçlü yang, aşırı organik aktivite ile sonuçlanır. Baskın yin ise yetersiz fonksiyonları karşılamaya çalışır. Eski akupunktur sanatı da yin ve yang'ı dengeleme üzerine odaklanır.

Milattan önce 538 yılında başlayan Yahudi mistik geleneği Kabala, aynı enerjilerden astral

(yıldızlara ilişkin) ışık olarak söz eder. Hristiyan dinsel ikonalarında İsa ve diğer dinsel kişilikler, böyle ışık alanlarıyla çevrili olarak resmedilirler. Eski Ahit'te, insanların çevresinde bulunan veya ortaya çıkan bu ışıklardan fazlaca bahsedilir, fakat yüzyıllar içinde bu fenomen orijinal anlamını yitirmiştir. Örneğin, Mikelanj'ın Musa heykelinde *karnaeem*, orijinalindeki gibi iki ışık huzmesi ile değil, başındaki iki boynuzla gösterilir. İbrani'de bu kelime, ışık ya da boynuz olarak geçer.

Future Science (Gelecek Bilimi) adlı kitabında John White, aurik fenomenin 97 ayrı kültürdeki 97 ayrı ifadesini sıralar.

Birkaçını sayacak olursak, eski Hindu Vedik metinleri, teozoflar, Gülhaç Şövalyeleri, Amerikan yerlisi şifacılar, Tibetli ve Hintli Budistler, Japon Zen Budistleri, Madam Blavatsky ve Rudolph Steiner gibi pek çok ezoterik öğreti, İnsan Enerji Alanını detaylı bir şekilde tarif eder. Son zamanlarda modern bilimsel eğitim almış olan birçok kişi de bunlara kendi gözlemleriyle kesin, fiziksel düzeyde eklemeler yapmaktadır.

Bilimsel Gelenek:

M.Ö. 500'den 19. Yüzyıla Kadar

Tarih boyunca, tüm doğada hüküm süren bir evrensel enerji kavramı, batılı bilim adamlarının birçoğu tarafından kabul görmüştür. Bir ışık beden olarak algılanan bu yaşamsal enerji, ilk kez M.Ö. 500 yılında, Pisagorcular tarafından Batılı literatüre sokuldu. Onlar, bu enerjinin ışığının, hastalıkların tedavisi de dahil olmak üzere, insan organizması üzerinde çeşitli etkiler yaptığını kabul ediyorlardı.

12. yüzyılda Boirac ve Liebeault, insanların uzaktaki insanlarla etkileşime geçmelerini sağla-

yan bir enerjiden bahsettiler. Onlara göre, bir kişi, bir başkası üzerinde, sadece varlığı ile sağlıklı ya da sağlıklı bir etki bırakabiliyordu. Orta çağlarda bilgin Paracelsus, bu enerjiye "Illiaster" adını verdi ve bunun yaşamsal güç ile yaşamsal maddeden oluştuğunu söyledi. Matematikçi Helmont, 1800'lerde, cismi ya da somutluğu olmayan ama yaşamsal ruh ile tüm vücutlara nüfuz eden bir maddeden bahsetti. Yine matematikçi Leibnitz, evrenin temel elementlerinin kendi öz devinimlerini içeren güç merkezleri olduğunu söyledi.

1800'lerde Helmont ve Mesmer, bu konuda farklı çalışmalar sürdürdüler. Mesmerizm diye anılan bu çalışmalar, ipnotizm halinde gelişti. Hareketli ya da hareketsiz maddeler bu "sıvı" ile yükleniyor ve böylece uzaktan birbirlerini etkileyebilir hale geliyorlardı. Bu fikir, elektromanyetik alana birçok açıdan benzer bir alanın varlığını önermekteydi.

1800'lerin ortalarında Kont Wilhelm Von Reichenbach, "odik" güç diye adlandırdığı "alan" üzerinde 30 yılını alan çalışmalar yaptı. James Clerk Maxwell'in daha 19. yüzyılın başlarında bahsettiği elektromanyetik alanlarla benzerlik gösteren çalışmalar yaptı. Ayrıca birçok özelliğin odik alana özgü olduğunu da buldu. Mıknatıs kutuplarının sadece manyetik kutuplaşmayla değil, "odik alan" ile ilgili özel bir kutuplaşmaya da sahip olduğunu gösterdi. Kristaller gibi başka objeler, manyetik olmadan da bu özelliğe sahip olabiliyorlardı. Odik güç alanı, dikkatli gözlemciler için bazı öznel özellikler de gösteriyordu; "sıcak, kırmızı ve nahoş" veya "mavi, soğuk ve hoş" gibi. Dahası, elektromanyetizmde olduğu gibi, zıt kutupların birbirini çekmediğini de ileri sürdü. Bu, aurik fenomende oldukça önem taşıyor; bu konuya daha sonra değineceğiz.

Von Reichenbach, güneşten yayılan elektromanyetik ışınlar ve bunlarla ilişkili odik alan yoğunlukları ile ilgili çalışmalar yapmıştır. Bu enerjinin en büyük yoğunluğunun, solar tayftaki kırmızı ve mavi-menekşe düzeylerinde olduğunu bulmuştur. Zıt yüklerin, değişen güç derecelerinde soğuk ve sıcak hissi uyandırdığını söylemiş, bir dizi kontrollü deney ile periyodik tabloyla bağlantılandırmıştır. Tüm elektropozitif elementler, deneklere sıcak hissi vermiş ve hoş

olmayan duyular uyandırmış, tüm elektronegatif elementler ise deneklerde soğuk, hoş duyular şeklinde ortaya çıkmıştır. Soğuktan sıcaklığa doğru değişen bu duyular, tayfta kırmızıdan çivit rengine doğru değişen renklerle uyum içindedir.

Von Reichenbach, odik alanın bir tel boyunca iletebildiğini, bu iletim hızının değişken olduğunu (4 m/sn) ve bu hızın telin elektrik iletiminden ziyade kütle yoğunluğuna bağlı olduğunu bulmuştur. Dahası, nesneler bu enerjiyle, elektrik enerjisine benzer bir şekilde yüklenebilmektedir. Diğer deneyler gösteriyor ki, bu alanın bir parçası bir mercekten geçirilerek ışık gibi odaklanabilirken, başka bir parçası mum alevinin yolu üstündeki nesnelerin çevresinden akması gibi merceğin etrafından da akabilmektedir. Odik alanın bu sapan parçası, hava akımlarına maruz bırakılan mum alevine benzer reaksiyon gösterebilir, bu da yapısının gazımsı sıvılara benzer olduğunu önermektedir. Bu deneyler gösteriyor ki, aurik saha, sıvı ve ışık dalgaları gibi enerjetik özellik gösterebiliyor.

Von Reichenbach, insan bedeninin, kristallerin ana eksenleri boyunca var olan kutuplaşma özelliğine benzer bir kutuplaşma gösterebildiğini ortaya koymuştur. Bu kanıta dayanarak, vücudun sol tarafının eksi (-), sağ tarafının da artı (+) kutup olduğunu söylemiştir. Bu da daha önce bahsettiğimiz, Eski Çin'deki yin ve yang ilkelerine benziyor.

20. Yüzyıldaki Tıp Doktorlarının Gözlemleri

Gördüğümüz gibi, 20. yüzyıla kadar olan çalışmalar, insan ve diğer maddeleri çevreleyen enerji alanının değişik özellikleri hakkındadır. 1900'den itibaren tıp doktorları da bu alanda çalışmalar yapmaya başlamışlardır.

1911'de, bir tıp doktoru olan Dr. William Kilner, renkli ekranlar ve filtrelerden görülen İnsan Enerji Alanı üzerine çalışmalarını bir rapor haline getirdi. İnsan bedeninin etrafında görülebilen parıltılı siste üç katman belirledi: a) derinin hemen üstünü kaplayan yarım cm kalınlığındaki koyu katman, b) bedenden dikey bir şekilde tü-

ten daha buğumsu ve iki buçuk cm kalınlığında-ki katman, c) on beş-yirmi cm kalınlığındaki, sınırları belirsiz, narin bir dış ışık şeklinde belirle-
nebilen en dış katman. Kilner'a göre bu "aura" (bu adı vermişti) yaşa, cinsiyete, zihinsel kapasiteye ve sağlığa bağlı olarak herkeste değişiklik gösteriyordu. Belirli hastalıklar, aurada yamalar ya da düzensizlikler olarak görülüyor, bu da Kilner'ı auranın renk, ses, yumuşaklık ve genel görünüş gibi durumlarına bağlı olarak teşhis yapmaya yönlendiriyordu. Bu şekilde teşhis koyduğu bazı hastalıklar karaciğer enfeksiyonu, tümörler, apandisit, epilepsi ve histeri gibi psikolojik bozukluklardı.

1900'lerin ortalarında, Dr. George De La Warr ve Dr. Ruth Drown yaşayan hücrelerden yayılan radyasyonu ortaya çıkarmak için yeni cihazlar geliştirdiler. Radyonik denen bu saptayıcı sistem, hastalığı biyoenerji yoluyla bulma, teşhis etme ve iyileştirme amacını taşıyordu. Hastanın saçını bir anten gibi kullanarak çekilen fotoğraflar son derece etkileyiciydi. Bu fotoğraflar, yaşayan hücrelerdeki tümör, karaciğer kisti, tüberküloz ya da habis beyin tümörleri gibi hastalıkları gösteriyordu. Ana rahmindeki üç aylık bebeğin bile fotoğrafı çekilebiliyordu.

20. yüzyılın başlarında, psikiyatrist ve Freud'un öğrencilerinden biri olan Dr. Wilhelm Reich, "orgon" adını verdiği evrensel enerji ile ilgilenmeye başladı. İnsan vücudunda, orgon akışındaki bozuklukların psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklar oluşturduğunu ileri sürdü. Freud'un analitik tekniklerindeki psikoterapi modelleri ile orgonun insan vücudundaki akışını engelleyen blokları kaldırmayı hedefleyen fiziksel teknikleri birarada kullandı. Enerji bloklarını azaltarak, negatif zihinsel ve duygusal halleri temizleyebiliyordu.

1930 ve 1950 yılları arasındaki dönemde, bu çalışmaları en son elektronik ve tıp cihazlarını kullanarak yaptı. Organik ve canlı olmayan tüm varlıkların etrafında olan ve havada titreten enerjiyi gözledi. Özel hassas mikroskoplarla, mikroorganizmalardan yayılan orgon enerjisinin nabız gibi atışını gözledi.

Orgon alanını incelemek için, pek çok fiziksel aygıt geliştirdi. Bir tanesi, orgon enerjisi üzerinde yoğunlaşan ve objeleri bu enerji ile doldu-

ran "akümülatör" idi. Akümülatörde uzun bir süre boyunca yüklenen bir vakum boşaltım tüpünün, elektrik akımını normal boşaltım potansiyelinden daha düşük potansiyelle boşalttığını gözlemledi. Dahası, radyoizotopun nükleer bozunma oranını, onu bir orgon akümülatörüne yerleştirerek artırabileceğini de iddia ediyordu.

Dr. Lawrence Bendit ve Phoebe Bendit, 1930'larda İEA ve sağlık, şifa, ruhsal gelişim gibi konular üzerinde araştırmalar yapmışlardı. Çalışmaları, daha çok bedensel sağlık ve şifanın temelini oluşturan güçlü esiri biçimlendirici kuvvetler hakkında bilgi ve anlayışı geliştirme üzeri-neydi.

Daha yakın zamanlarda, Dr. Şefika Karagülle fiziksel bozukluklarla hassas kişiler tarafından yapılan görsel gözlemleri karşılaştırdı. Örneğin, Dianne adlı durugörür, hasta kişilerin enerji kalıplarını gözlemleyebiliyor ve beyin hastalıklarından bağırsak düğümlenmesine kadar, hastalığın nerede olduğunu kesin olarak söyleyebiliyordu. Esiri bedenle ilgili bu gözlemler, yoğun fiziksel bedene ısıtılı ışık huzmelerinden oluşan bir ağ gibi nüfuz ederek bir matris oluşturan yaşamsal bir enerji bedeni veya alan ortaya koymaktadır. Bu enerjetik matris, dokuların şekillendiği ve bağlandığı fiziksel maddenin ana kalıbıdır. Dokular, arkalarındaki bu yaşamsal alan yüzünden bu şekilde var olurlar.

Dr. Karagülle, şakra rahatsızlıklarının da hastalıklarla ilişkisini incelemiştir. Örneğin, durugörür Dianne, hastanın boğaz şakrasının aşırı aktif, çevresinin de kırmızı ve donuk gri renkte olduğunu söylemiştir. Dianne, hastanın tiroid bezlerini incelemiş ve normalden yumuşak, süngerimsi bir yapıda olduklarını görmüştür. Tiroid bezinin hem sağ tarafı hem de sol tarafı iyi işlemektedir. Hastaya, normal tıbbi teknikler kullanılarak sağ lobda oluşan tiroid genişlemesinden kaynaklanan Graves hastalığı teşhisi konmuştur.

Teozofi Derneği Amerika Bölümünün başkanı olan Dr. Dora Kunz, yıllarca tıp ve şifa konusunda çalışmalar yapmıştır. *The Spiritual Aspects of the Healing Art*'ta (Şifa Sanatının Ruhsal Unsurları) belirttiği gibi, "yaşamsal alan sağlıklı ise, onun içinde bir doğal özerk ritm vardır" ve "vücuttaki her organ, esiri alanda kendisine

denk gelen enerjetik ritme sahiptir. Çeşitli organ siferleri (küreleri) arasında, sanki bir aktarım işlevi varmış gibi değişik ritimler karşılıklı etkileşmektedir; vücut bütün olarak sağlıklıysa, bu ritim organdan organa aktarılır. Ancak bozuklukla beraber, ritm ve enerji değişir. Örneğin, alanda bir apandisit ameliyatının kalıntısı tespit edildi, diyelim. Artık birbirine yakınlaşmış fiziksel dokular, önceden apandisit tarafından düzenlenen enerji aktarımından farklı bir aktarıma sahiptir. Fizikte buna engelleyici eşleşme ya da yanlış eşleşme denir. Her bitişik doku, şimdi yanlış eşleşmiştir, yani enerji kolayca dokular boyunca aktarmaktadır. Ameliyat veya hastalık, engelleyici eşleşmeyi değiştirdiğinde, enerji aktarılacağına bir dereceye dek dağılmaktadır.”

Dr. John Pierrakos, İEA'nın görsel ve sarkaçla ölçüm gözlemlerine dayanan yeni bir psikolojik rahatsızlık teşhis ve tedavi sistemi geliştirmiştir. Enerji bedenleri gözlemlerinden aldığı bilgi, Bio-Energetics'de geliştirilen psikoterapatik metotlarla ve Eva Pierrakos tarafından geliştirilmiş kavramsal çalışmayla uyum göstermektedir. Öz Enerjetiği (Core Energetics) diye adlandırılan bu süreç, vücut enerjisindeki blokları kaldıracak ego ve kişilik savunmaları yoluyla çalışan iç şifa süreci ile birleşir. Öz Enerjetiği, tüm bedende (fiziksel, esiri, duygusal, mantal ve ruhsal) uyumlu bir iyileştirmeyi sağlayacak dengeyi kurmaya çalışır.

Bunlardan çıkan sonuca göre, vücuttan yayılan ışıma sağlıklı yakından ilgilidir. Bu ışımayı ölçme yoluyla tıpta teşhis ve tedaviyi kolaylaştırabileceğimizi düşünürsek, ölçmeyi sağlayacak bir teknik ve cihaz geliştirmenin önemi de ortaya çıkar.

Öğrencilerim ve ben, İEA'nı ölçmek için bir takım deneyler yaptık. Birinde, Dr. Richard Dobrin, Dr. John Pierrakos ve ben, karanlık bir odada öğrenciler bulunmadan önce, bulunurlarken ve bulunduktan sonraki 350 nanometre civarında bir dalga boyundaki ışık düzeyini ölçme çalışması yaptık. Sonuçlar gösterdi ki, insanlar içerdeyken ışık düzeyinde bir miktar artış görülüyordu. Bir keresinde, ışık düzeyi oldukça düşmüştü; içerdekilerden biri çok yorgundu ve kendini ümitsiz hissediyordu. Birleşmiş Milletler Parapsikoloji Klübü ile yapılan bir diğer deneyde, bir

cihaz yardımıyla, siyah-beyaz televizyonda aurik alanın bir kısmını görmeye çalışmıştık. Bu cihaz, insan bedenlerinin etrafındaki ışığın yoğunluğunu artırıyordu. Drexel Üniversitesinde yapılan bir diğer deneyde, Dr. William Eidson ve Karen Gestla (Duke Üniversitesinde Dr. Rhine ile uzun yıllar çalışmış bir medyum) ile çalışmıştık; küçük, iki miliwattlık lazer ışınını aurik saha ile etkilemiş, onu zayıflatmış ve eğmiştik. Bu çalışmalar, enerji alanının varlığına dair kanıtlar veriyordu ama tabi bu, kesin bir sonuç değildi. Sonuçlar NBC televizyonunda gösterildi, fakat ileriki çalışmalarımız kaynak yetersizliği nedeniyle yürütülemedi.

Japonya'da Hiroshi Motoyama, uzun yıllar yoga çalışmış insanlardan çıkan zayıf ışığı ölçmeyi başardı. Bunu, karanlık bir odada, düşük ışık düzeyli bir kamera yardımıyla yaptı.

Çin Halk Cumhuriyeti'ndeki Lanzhou Üniversitesinde, Dr. Zheng Rongliang, insan vücudundan yayılan ("Qi" ya da "Ch'i" denen) enerjiyi, (düşük ışık ölçen) bir fotokuantum cihazına bağlı bir yaprak damarından yapılan biyolojik bir detektör ile ölçtü. Bir Qigong üstadının enerji alanı (Qiong, eski Çin'de sağlık egzersizi formudur) ve bir durugörürün enerji alanı ile çalışmıştı. Bu çalışmaların sonucunda, sistemin, yayılan enerjiye nabız atışı gibi tepki verdiği ortaya çıktı. Qiong'un bileğindeki nabız ile durugörürünki birbirinden farklıydı.

Sinica Akademisi Şangay Atomik Nükleer Enstitüsünde, Qiong üstatlarından yayılan yaşamsal güç, düşük frekanslı inip çıkan taşıyıcı dalgalar gibi çok düşük frekanstaki bir ses dalgasına sahip gibi görünmekteydi. Bazı durumlarda, Qi mikroparçacık akışı olarak da saptanmıştı. Bu parçacıkların çapı 60 mikrondur ve hızları da 20-25 cm/sn idi.

Birkaç yıl önce, A.S. Popow Biyoenformasyon Enstitüsünden bir grup Sovyet bilim adamı, canlı organizmaların 300 ile 2000 nanometre arasındaki bir frekansta enerji titreşimleri yaydıklarını açıkladılar. Bu enerjiye de biyoalan ya da biyoplazma adını verdiler. Bu bulgular Moskova'daki Tıbbi Bilimler Akademisi tarafından onaylandı ve İngiltere, Hollanda, Almanya ve Polonya'da yapılan araştırmalarla desteklendi.

Bence, insan aurası hakkında yapılan en et-

kileyici çalışma UCLA'dan Dr. Valorie Hunt ve arkadaşlarına aitti. İnsan bedenine ve psişesine yapısal bütünleştirme tedavisinin ("rolfing" diye bilinen ve bedenın yumuşak dokularına uygulanan hareketleri içeren bir tedavi biçimi) etkisi hakkındaki bu çalışmada ("Yapısal Nöromasküler Enerji Alanı ve Duygusal Yaklaşımlar") rolfing seansları sırasında vücuttan yayılan düşük minivoltajlı frekansları kaydettiler. Bu kayıtları yaparken, gümüş/gümüş kloritten yapılmış elektrotlar deriye yerleştirildi. Aynı zamanda, California/Glendale'deki Healing Light Center'dan vaiz Rosalyn Bruyere, elektronik sinyal kayıtları ile, rolfing seansını gerçekleştiren ve bu seansa hasta olarak katılan her iki kişinin de auralarını gözlemledi. Yorumları, elektronik veri ile aynı kayıt cihazına kaydedildi. Şakra ve aurik bulutların renk, boyut ve enerji hareketleri hakkında kapsamlı bir rapor hazırladı.

Bilim adamları, Fourier analizi ve sonogram frekans analizlerinde kaydedilen dalga örneklerini matematiksel olarak analiz ettiler. Tutarlı dalga formları ve frekanslar, vaiz Bruyere'in kaydettiği renklerle uyumluydu. Bir başka deyişle, vaiz Bruyere auranın belirli bir yerinde mavi renk kaydettiği zaman, elektronik ölçüm, aynı yerde mavi dalga formu ve frekansını gösteriyordu. Dr. Hunt, aynı deneyi diğer yedi aura okuyucusu ile tekrar yaptı. Aurik renklerin, aynı frekans/dalga örnekleri ile uyumlu olduğunu gördüler. Şubat 1988'de, şu renk/frekans bağlantısı sonuçları (Hz=Hertz ya da devir/sn) alındı:

Mavi	250-275 Hz artı 1200 Hz
Yeşil	250-475 Hz
Sarı	500-700 Hz
Turuncu	950-1050 Hz
Kırmızı	1000-1200 Hz
Menekşe	1000-2000, artı 300-400; 600-800 Hz
Beyaz	1100-2000 Hz

Bu frekans bantları, mavi ve menekşedeki ekstra bantlar hariç, gökkuşağı renk sıralamasının ters dizilmiş halidir. Ölçülen frekanslar, ölçülen enerji kadar aygıtların karakteristiğini de içerir.

Dr. Hunt, "Yüzyıllar boyunca hassas kişiler aurik yayınımları gördüler ve tarif ettiler; bu, on-

ların renk çıkardığına yönelik öznel gözlemleri frekans, genlik ve zaman bakımından kanıtlayan ilk elektronik bulgudur," demiştir.

Şüphesiz, burada keşfedilen renk frekanslarının ışık ve pigmentler gibi tezahür etmiyor olduğu gerçeği, bulguları yadsınamazı gerektirmez. Renk olarak gördüklerimizin; gözle seçilen, ayırt edilebilen ve bir kelime sembolü olarak belirtilebilen frekanslar olduğunu anladığımız zaman, göz ve beyin işlem merkezlerinin renkleri yalnızca yüksek frekanslarda algılayabildiğini belirtebilecek hiçbir şey kalmaz. Rengi deneyimlemenin son kriteri, görsel yorumdur. Ancak, daha iyi cihazlarla, gelişmiş kayıt ve veri toplama teknikleriyle, şimdilik esasen 1500 Hz'lık bu veri, pekala daha yüksek frekansları da kapsayabilir.

Dr. Hunt ayrıca, "Şakralar genellikle metafizik literatürde geçen renkleri belirler: kundalini kırmızısı, hipogastrik turuncu, dalak sarısı, yürek yeşili, boğaz mavisi, üçüncü göz menekşesi, taç beyazı gibi. Belirli şakralardaki hareket, diğerlerindeki hareketi başlatır. Kalp şakrası sürekli biçimde en aktif olandır. Deneklerin pek çoğunun bedenlerinin yapısal bütünleştirme işlemine tabi olan kısımlarıyla bağlantılı duygusal deneyimi olmuştur, akıllarına gelen görüntü ve anılar, farklı vücut alanları ile uyumludur. Bu bulguların da gösterdiği gibi, deneyimlerin anıları vücut dokularında depolanır," diye belirtmektedir.

Örneğin, birinin bacaklarına rolfing uygulandığında, muhtemelen çocukluğundaki tuvalet eğitimi deneyimini tekrar yaşar. Sadece hatırlamak değil, o süreci duygusal olarak tekrar yaşar. Genellikle ebeveynler çocuklarına tuvalet eğitimi, boşaltımı idare edebilecek büzgen kaslara hakim olma döneminden önce verirler. Çocuk söz konusu kasa fiziksel olarak hakim olamadığı için, bunun yerine uyluk kaslarını sıkıktırır. Bu da bedene büyük miktarda baskı uygulamaktır. Bu zorlama, yaşam boyunca etkisini sürdürür veya sadece rolfing ya da biyoenerjetik gibi derin bir bedensel çalışma gerçekleştiğinde kendisini gösterir. Kastaki baskı ve zorlama azaldığı zaman, anı da etkisini yitirir. Buna bir başka örnek de, birçoğumuzun birlikte yaşadığı gergin omuzlardır. Bu, korku ya da endişeyi omuzlarda tutmaktan kaynaklanır. Kendinize sorun, yüzleş-

meyi beceremeyeceğinizden korktuğunuz şey nedir, başaramazsanız ne gelecek başınıza?

Sonuç

Eğer İnsan Enerji Alanını, insan bedeninden yayımlanan tüm alanlar ya da emanasyonlar olarak tanımlarsak, İEA'nın birçok bilinen bölümünün laboratuvar ortamında ölçülmüş olduğunu görürüz. Bunlar İEA'nın elektrostatik, manyetik, elektromanyetik, sonik, termal ve görsel kısımlarıdır. Tüm bu ölçümler, vücudun normal fizyolojik işlemleri ile uyum gösterir ve bunların ötesinde psikosomatik işlevler için de bir araç sağlar.

Dr. Hunt'ın ölçümleri, auranın belirli frekanslarında belirli renkleri gösterir. Bu frekanslar, laboratuvar ekipmanlarının sınırlamaları yüzünden kaydedilemeyen daha yüksek tonda da olabilirler.

Yukarıda sıraladığımız ölçümler, İEA'nın parçacıklı yapıda, hava ve su akımları gibi akıcı harekette olduğunu gösterir. Bu parçacıklar, bazı araştırmacılara göre çok minik, atomaltı yapıdadırlar. Parçacıklar yüklendiklerinde biraraya gelip, genellikle fizikçiler tarafından plazma olarak adlandırılan bir bulut şeklinde hareket ederler. Plazmalar belli fizik kurallarına uyar ve enerji ile madde arasında bir hal olarak anılırlar. İEA, laboratuvar ortamında ölçülen belli özellikleri yüzünden, bazı fizikçiler tarafından maddenin beşinci hali olarak "biyoplazma" diye adlandırılır.

Bu çalışmalar göstermektedir ki, sistemler (sindirim sistemi gibi) içeren bildik beden modeli yetersizdir. Enerji alanlarını da içeren yeni bir modelin geliştirilmesine ihtiyaç vardır. Karmaşık

elektromanyetik alan (EMF) modeli, bu amaca tam olarak hizmet etmez. İEA ile ilgili prekognisyon ya da geçmiş yaşam hakkında bilgi alma gibi pek çok psişik fenomen, EMF modeli ile açıklanamaz.

Dr. Valorie Hunt'a göre, beden "işlevsel beden atomik hücrel doğasından kaynaklanan, tüm dokuları ve sistemleri aşır geçiren enerjinin kuantum kavramı" ile görülmelidir. Holografik İEA bakış açısını iyi bulmakta ve "Fizik ve beyin araştırmalarından doğan hologram kavramı, tüm biyolojik bulguların başka bir düzlemde tekrar yorumlanmasına bağlı olan kozmik görüş gerçekliği ile uyum halindedir," demektedir.

Brain Mind Bulletin'de (Beyin Zihin Bülteni) yayınlanan makalesinde Marilyn Ferguson bu konudaki düşüncelerini şöyle belirtir: "Holistik model, bilim ve ruhun tüm o harika yanlarını yakalayıp biraraya getiren 'doğmakta olan paradigma' (kabul gören bir model) olarak tanımlanır. İşte, en sonunda biyoloji ile fizik açık bir sistemde biraraya gelmiştir."

Hatırlayalım

1. İEA nasıl ölçülmüştür?
2. İnsanlar aurik fenomenleri ilk olarak ne zaman öğrenmişlerdir?
3. Aura 19. yüzyılda ilk olarak ne zaman ve kim tarafından gözlenmiştir?
4. İEA fenomeni günümüz biliminin bildiklerinin ötesine nasıl geçmektedir?
5. Günümüz teorik ve deneysel biliminin bakış açısından alırsak, İEA fenomeninden sorumlu olabilecek en iyi model hangisidir?

6. Bölüm

EVRENSEL ENERJİ ALANI

Bir yetişkinen, yaşam enerji alanlarını tekrar görebilmeye başladığımda, şüpheli hale geldim ve kafam iyice karıştı. Henüz ne (önceki iki bölümde sözü edilen) literatürü bulabilmiş, ne de sözünü ettiğim rehberliği almıştım. Tabi ki bir bilim adamı olarak enerji alanları hakkında bilgiye sahiptim, fakat bunlar kişisel olmaktan ziyade matematiksel formüllere dayanan şeylerdi. Gerçekte mevcut muydular? Anlamları var mıydı? Kendime ait deneyimlerimi uyduruyor muydum? Sadece hüsnü kuruntu muydu, yoksa şimdiki hayat şartlarımı yaşamın bir bütün halinde olduğu fikrine uydurmama yardım edecek türden bir deneyim, başka bir boyutta anlamı olan bir deneyim mi edinmiştim?

Eski mucizeleri okumuştum, fakat bunların hepsi, hakkında bir şey bilmediğim kişilerin başına gelmiş şeylerdi. Çoğu fantezi gibi duruyorlardı. Fizikçi tarafım, bir olayın gerçek olup olmadığına karar verebilmek için gözleme dayanan kanıtlara ihtiyaç duyuyordu. Böylece, fiziksel dünyada olduğu gibi, deneyimlerimi bazı mantıklı form ve sistemlere oturtmamı sağlayacak veriler toplamaya giriştim. Einstein'ın "Tanrı evrende zar atmaz" fikrine katılıyordum.

Gözlediğim fenomeni, aşına olduğumuz form, şekil ve renk olarak düzenli olan ve sebep-sonuç ilişkilerinin asıl olduğu dünyaya benzer buldum. Fakat orada her zaman biraz daha fazlası vardı; bilinmeyen, açıklanamayan, sır olarak kalan bir şeyler. Düşündüm de, önümüzde sallanıp dans eden bilinmeyen gizemler olmasa, bizler ilerleyip giderken, yaşam epey sıkıcı olurdu... neyin içinden ilerleyip giderken ama? Zaman ve mekan mı? Böyle düşünmeye alıştım. Şimdi görüyorum ki, kişisel "gerçeklik" deneyimlerimiz içinde ilerleyip gidiyoruz; düşünüyoruz, hissediyoruz, oluyoruz, kaynaşyoruz, bireyleşiyoruz; ve ruhlarımız şekillenirken, gelişirken ve Tanrı'ya doğru ilerlerken, sonsuz bir dönüşüm

dansıyla tekrar kaynaşıyoruz.

Gözlemlerim, ezoterik kitaplarda aura ve enerji alanları hakkında okuduklarım ile uyum içindeydi. Renkler uyumluydu; hareketler, şekiller ve formlar uyumluydu. Okuduklarımın çoğunda, sanki görünmez bir elin bana okumadan önce olayı tecrübe etmemi ve kafamda bir form ve görüntü oluşturacak şekilde fikir sahibi olmamı sağladığını hissediyordum. Şimdi bu rehberlik deneyimimin, ben bir insan olarak yetişip geliştikçe, beni yaşamın bütünlüğüne, yeni deneyimlere götürdüğünü hissediyorum.

Egzersiz: Evrensel Enerji Alanını "Görmek"

Evrensel enerjiyi gözlemlemenin en kolay yolu; güzel, güneşli bir günde çimenlere uzanıp gökyüzünü seyretmektir. Bir süre sonra, gökyüzünde hareket eden küçük orgon kürecikleri gelecektir gözünüzün önüne. Bunlar, bazen birkaç saniye görünen siyah noktacıkları da olan, ince bir iz bırakan ve sonra yeniden kaybolan minik beyaz toplar gibi görünmektedir. Bu gözleme devam eder ve görüşünüzü genişletirseniz, tüm alanın senkronize bir ritimle titrediğini görürsünüz. Güneşli günlerde bu minik enerji topları daha parlak görünür ve hızlı hareket eder. Bulutlu günlerde ise tam tersi, daha zor seçilirler, yavaş hareket ederler ve sayıları da azdır. Sisli bir şehirde az, koyu ve yavaş hareket eden toplar vardır. Tam olarak yüklenmemişlerdir. En iyi seçilen ve berrak topları İsviçre Alplerinde gördüm, parlak bir hava ve kar yığınları vardı. Anlaşılan, bu parlak güneş kürecikleri yüklüyordu.

Sonra bakışlarınızı göğe yükselen ağaç dallarına kaldırın. Ağaçların etrafında yeşil bir sis vardır. İlginçtir, bu sisin içinde kürecikler görme-yebilirsiniz. Ama daha yakından bakarsanız, si-

sin kenarlarından auraya doğru aktıkça değişip kaybolan kürecikleri görebilirsiniz. Bu yeşil saha, yaz ve bahar aylarında ağaç yapraklıyken görünür, baharın ilk zamanlarında, ağaçlardaki kırmızıı goncalar gibi, aura da pembemsi kırmızıı bir renk alır.

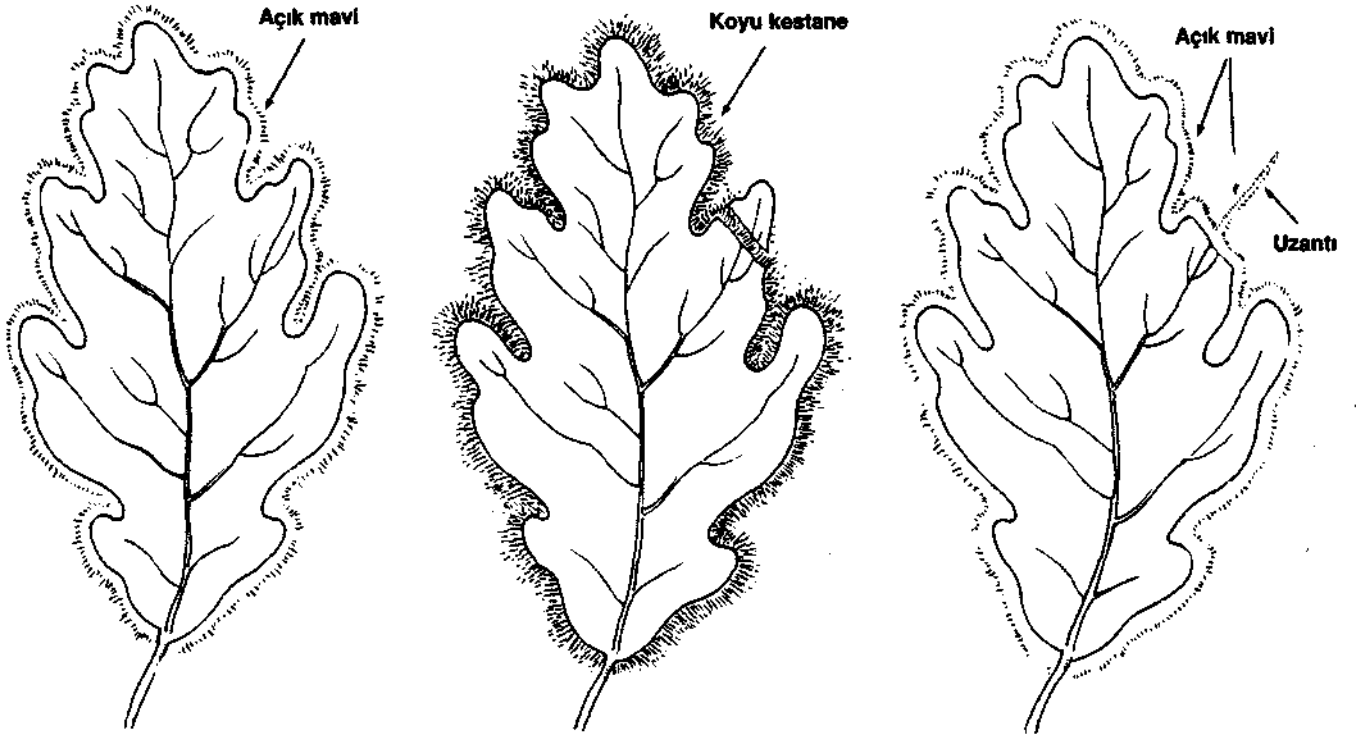
Bir ev bitkisine yakından bakarsanız, benzer şeyler göreceksiniz. Bitkiyi, arkasında koyu bir zemin olacak şekilde parlak ışık alan bir yere yerleştirin. Büyüme yönüne doğru hareket eden mavi-yeşil çizgileri göreceksiniz. Bunlar aniden parlar, solar ve muhtemelen bitkinin ters tarafında tekrar parlarlar. Bu çizgiler, elinizi ya da bir kristal parçasını yaklaştırdığınızda buna tepki verirler. Kristali uzaklaştırdığınızda, bitkinin ve kristalin auralarının hala teması sürdürdüklerini görürsünüz. Sanki pişmaniye gibi uzarlar (Şekil 6-1).

Kirlian fotoğrafçılığında çok sözü edilen hayalet yaprak etkisini izlemeye çalıştım bir kez. Kirlian fotoğrafçılığı tekniğı ile, tüm yaprağın yarısı kesildikten sonraki görüntüsü alınabiliyor. Yaprığın aurasını gözledim. Basit bir su mavisi rengindeydi. Yaprığı kestiğimde, renk kırmızımsı kestaneeye dönüştü. Ürperdim ve yapraktan af diledim. Bir ya da iki dakika sonra su mavisi rengini tekrar almaya başladı, ama kesik yerde belirgin bir farklılık vardı; yine de Kirlian fotoğraflarında gördüğüm gibi açık seçik değildi (Şekil 6-2).

Cansız varlıkların da aurası vardır. Pek çok kişisel eşya, sahibinin enerjisi ile yüklenir ve bu enerjiyi yayar. Değerli taşlar ve kristaller, şifada da kullanılacak çok katmanlı ve karmaşık desenli auralara sahiptirler. Örneğin ametist, doğal biçimde kesilmiş yüzeylerinden çıkan huzmele-riyle, altın rengi bir auraya sahiptir.



Şekil 6-1. Lapis Taşının Bitki Aurasına Etkisi



Şekil 6-2. Hayalet Yaprak Etkisinin Kontrolü

Evrensel Enerji Alanının Karakteristikleri

"İnsan Enerji Alanı Üstüne Bilimsel Araştırmaların Tarihi" başlıklı bölümde belirtildiği gibi, EEA (Evrensel Enerji Alanı) uzun yıllardır bilinmekte ve araştırılmaktadır. Her kültür, enerji alanlarına farklı açılardan bakmış ve farklı isimler vermiştir. Görüleni betimlerken, her kültür EEA'nda temel benzer özellikler bulmuştur. Zaman geçip bilimsel metot geliştikçe, batı kültürü EEA ile daha derinden ilgilenmeye başlamıştır.

Bilimsel ekipmanlar daha yetkin hale geldikçe, EEA'nın daha ince özelliklerini ölçebilir hale geldik. Bu araştırmaların sonucunda şunu tahmin edebiliriz; EEA, ya Batı bilimince öncele-ri tanımlanamamış enerjilerden ya da düşündüğümüzden daha ince bir maddeden oluşmaktadır. Eğer maddeyi yoğunlaştırılmış enerji olarak tanımlarsak, EEA bu madde ile enerji arasında bir yerde bulunmaktadır. Bildiğimiz gibi, bazı bilim adamları EEA fenomenine biyoplazma demekteler.

Dr. John White ve Dr. Stanley Krippner, Evrensel Enerji Alanının pek çok özelliğini sıraladılar: EEA tüm mekana, canlı ya da cansız objelere nüfuz eder ve tüm objeleri birbirine bağlar; bir objeden diğerine akar; yoğunluğu, kaynağından uzaklığına göre değişir. Ayrıca harmonik indüksiyon ve sempatik rezonans kanunlarını izler; yani bir akort diyapazonuna (*) vurduğunuz zaman onun yanındaki de aynı sesi vererek aynı frekansta titreşmeye başlar.

Görsel gözlemler, alanın bir dizi geometrik nokta, izole edilmiş titreşen ışık noktaları, spiraller, çizgi ağları, kıvrımlar ve bulutlar halinde yüksek düzeyde organize olduğunu ortaya koyar. Titreşir ve dokunarak, tadararak, koklayarak ve de yüksek duyular ile algılanabilen sesle ve ışık ile hissedilebilir.

Bu alanı araştıranlara göre, EEA sinerjiktir, yani farklı etkenlerin aynı anda meydana gelen hareketleri biraraya geldiklerinde tek başına olduklarından daha çok etki yaratır. Bu alan, entropinin, yani fiziksel gerçeklikte gözleyebildiğimiz

(*) Diyapazon: Titreştiğinde ana seslerden birini veren U biçiminde çelikten araç. Akort çatalı.

yavaş bozunma, biçim ve düzenin dumura uğramasının tam tersidir. İEA, madde üzerinde düzenleyici etkiye sahiptir ve biçimleri inşa eder. Üç boyuttan daha fazlasında var olduğu görülmektedir. Maddi dünyadaki her değişiklik öncesinde, bu alanda bir değişiklik söz konusudur. EEA her zaman çok ilkelden çok gelişmişe doğru ilerleyen bir şuur formu ile de ilişkilidir. Yüksek şuur, enerji düzeyindeki "daha yüksek titreşimler" ile kendini gösterir.

Demek ki EEA, aslında bizim doğada bildiğimiz diğer şeylerden pek de farklı değildir. Ancak, sahip olduğu özellikleri anlayabilmemiz için zihnimizin tüm olanaklarını kullanmamızı gerektirir. Bazı düzeylerde, tuz ya da kaya gibi "normal" bir şeydir, normal bilimsel metotlarla açıklayabileceğimiz şeyler. Diğer yandan, yapısının derinliklerine indiğimizde, normal bilimsel açıklamaları aşan şeylerle karşılaşmak olası hale gelir. Ele avuca gelmez olur. Belki onu elektrik ya da benzeri olaylar gibi açıklayıp "yerine oturtabildik" deriz ama yine de tamamlanmayan bir şeyler vardır; düşünürüz: "Gerçekten nedir bu? Peki ama elektrik nedir?"

EEA, üç boyuttan daha fazlasında mevcuttur. Bu ne anlama geliyor? O sinerjiktir ve biçim-

leri inşa eder. Entropinin sürekli arttığını, evrendeki düzensizliğin sürekli arttığını ve koyduğumuz şeyin dışında daha fazla enerji alamayacağımızı belirten termodinamiğin ikinci kuralına karşıdır. Her zaman için, bir şeye koyduğunuzdan biraz daha az enerji alırsınız. (Bu yüzden hiç durmadan çalışan bir makine yapılamadı.) Fakat EEA'nında durum bu değildir. Anlaşılan o ki, o daima enerji üretmeye devam etmektedir. Bolluk sembolü gibi, ne kadar koyduğunuza aldırmadan devamlı verir. Bunlar ilginç ve heyecan verici kavramlardır ve gelecek nükleer çağ hakkındaki karamsarlığımızı belki biraz yumuşatabilir. Belki bir gün, EEA ile çalışıp gereksinim duyduğumuz tüm enerjiyi kendimize zarar verme tehlikesi olmaksızın sağlayabileceğimiz bir makine yapabiliriz.

Hatırlayalım:

1. Aura nedir?
2. Bir metal paranın aurası var mıdır?
3. Aurası olmayan şey nedir?
4. EEA'nı açıklayın.

7. Bölüm

İNSAN ENERJİ ALANI VEYA İNSAN AURASI

İnsan Enerji Alanı, insan hayatındaki evrensel enerjiyi ortaya koyan en önemli şeydir. Fizik bedeni saran ve onunla kaynaşan, kendi özelliklerini barındıran ve yayan, aura olarak adlandırılan bir ışık bedendir bu. Aura, Evrensel Enerji Alanı'nın (EAA) varlıkların etrafında yer alan parçasıdır, diyebiliriz. İnsan aurası ya da İnsan Enerji Alanı (İEA), EAA'nın insan bedenini saran bölümüdür. Bu gözlemlere dayanarak, araştırmacılar, aurayı çeşitli katmanlara ayırmışlardır. Bu katmanlar bazen bedenler diye adlandırılır ve birbirlerine nüfuz eden, birbirlerini çevreleyen ardışık katmanlar halindedirler. Her üst katman, bir alttakine göre daha ince maddeden ve daha yüksek "titreşim"den oluşmaktadır.

Egzersiz: İnsan Aurasını Görmek

İEA'nı hissetmeye başlamak için en kolay yol olarak aşağıdaki egzersizler kullanılabilir. Bir grup içindeyseniz, halka oluşturup el ele tutuşun. Aurik alan enerjinizin halka boyunca akmasına izin verin. Akan nabız atışlarınızı hissedin. Ne oluyor dersiniz? Yanınızdakinin de ne hissettiğini anlamaya çalışın. Sizinkiyle uyuyor mu?

Şimdi, duruşunuzu değiştirmeden ya da ellerinizi hareket ettirmeden enerji akışını durdurun. Bu şekilde biraz kalın (herkes sırayla yapacak) ve tekrar akmasına izin verin. Yeniden deneyin. Farkı hissedebiliyor musunuz? Hangisi daha iyi? Şimdi aynısını eşinizle birlikte yapın. Karşı karşıya geçin ve avuç içlerinizi birleştirerek oturun. Enerji doğal olarak akacaktır. Nasıl gidiyor? Enerjinin sol avuç içinizden, sonra da sağ avuç içinizden geçmesine izin verin. Sonra bunu tersine çevirin. Şimdi akışı durdurun. Sonra da iki elinizle birlikte onu itmeyi deneyin. Sonra da iki elinizle onu emmeyi deneyin. İtme, çekme ve durdurma, şifada enerjiyi yönlendirmenin üç

ana yoludur. Bunların pratiğini yapın.

Şimdi ellerinizi indirin. Avuçlarınızı beş ve on beş cm arasındaki bir mesafe ile kaldırıp aralarındaki boşluk azalıp çoğalacak şekilde ileri geri yavaşça hareket ettirin. Ellerinizin arasında bir yoğunluğun oluştuğunu hissedin. Hissedebiliyor musunuz? Neye benziyor? Şimdi, ellerinizi on ila on beş cm kadar ayırın. Aralarında onları dışarı doğru iten ve biraraya getirmek için biraz güç uygulamanızı gerektiren bir basınç hissedinceye kadar ellerinizi birbirine yaklaştırın. Artık, enerji bedenlerinizden birinin kenarlarını birbirine dokundurdunuz. Eğer elleriniz 2,5 ila 0,5 cm aralıkla açık ise, esiri beden kenarına değdiniz (auranın ilk katmanı). Eğer 8,5 ila 12 cm kadar açıksa, duyu bedenine dokundunuz demektir (auranın ikinci katmanı). Şimdi, sağ elinizi duyu bedeninizi gerçekten de hissedene ya da sağ elinizin enerji alanı sol elinizin cildine dokunana dek dikkatle ellerinizi birbirine yaklaştırın. Sağ elinizin avuç içini sol elinizinkine dokunduracak kadar, 2,5 cm kadar hareket ettirin. Enerji alanının kenarına dokununca sol elinizde bir karıncalanma hissedeceksiniz. Sağ elinizin enerji alanı, sol elinizin içinden geçti!

Şimdi ellerinizi tekrar 20 cm kadar açın. Sağ elinizin işaret parmağını, 1,5 ila 3 cm mesafe kalacak şekilde sol elinizin avuç içine yaklaştırın. Şimdi, avuç içine daireler çizin. Ne hissediyorsunuz? Gıdıklanma mı? Nedir?

Loş bir odada, parmak uçlarınız birbirine bakacak biçimde ellerinizi çevirerek durun. Ellerinizi yüzünüzden iyice uzakta tutun. Arka plan da beyaz bir zemin olması gerekir. Rahatlayın ve parmak uçlarınızın etrafına göz gezdirin. Parlak ışığa bakmamalısınız. Gözlerinizi rahatlatın. Ne görüyorsunuz? Parmak uçlarını birbirine yaklaştırıp uzaklaştırın. Parmakların arasındaki boşlukta ne oluyor? Ellerinizin çevresinde ne görüyorsunuz? Bir elinizi kaldırırken diğerini indire-

rek değişik parmakların karşılaşmasını sağlayın. Bu alıştırmaları yapan insanlardan %95'i bir şeyler gördü. Herkes bir şeyler hissetti. Yukarıdaki soruların cevapları için, bu kısmın sonuna bakmalısınız.

Bu egzersizleri ve "Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri" başlıklı bölümde yer alan egzersizleri yapıp başkalarının auralarını da görünce, auranın Şekil 7-1A'da gösterilen ilk birkaç katmanını görmüş olacaksınız. Sonra, buna alışkanlık kazanınca, "Bilgiye Doğrudan Erişim", "İçsel Görü" ve "Yüksek İştisel Algılama ve Ruhsal Öğretmenlerle İletişim" başlıklı bölümlerde değinilen yüksek algılama egzersizlerine geçebileceksiniz. Üçüncü gözünüz (altıncı şakra) açıldıkça, auranın daha yüksek katmanlarını da göreceksiniz (Şekil 7-1B).

Şimdi auranın ilk katmanlarını görüp hissettiğinize göre, ilerleyebiliriz.

Auranın Anatomisi

İnsanlar, gözlemlerine dayanarak aurik saha hakkında tanımlama sistemleri geliştiriyorlar. Bu sistemlerde aura katmanlara ayrılıyor ve katmanlar da yer, form, yoğunluk, akıcılık ve işlevlere göre tanımlanıyor. Her sistem, insanın aura ile ne "yaptığı" üzerine oturtuluyor. Benimkine en yakın iki sistem, bu kitapta da değinilen, yedi katmandan fazlasının olduğunu savunan Jack Schwarz'ın *Human Energy Systems* (İnsan Enerji Sistemleri) ve Glendale/California'daki Healing Light Center'da vaiz Rosalyn Bruyere'nin kullandığı sistemdir. Bruyere'in sistemi yedi katmanlı bir sistemdir ve *Wheels of Light, A Study of the Chakras* (Işık Çarkları, Şakraların İncelenmesi) adlı kitabında tarif edilmiştir.

Aurik Alanın Yedi Katmanı

Danışman ve şifacı olarak çalışırken, yedi katman gözlemledim. Önce sadece ilk katmanları algılayabildim, yoğun ve görmesi kolay olanları. Çalıştıkça, algılayışım gelişti. Katman yükseldikçe, onu algılayabilmek için şuurumun da genişlemesi gerekiyordu. Yani daha yüksek katmanları,

beşinci, altıncı, yedinci katmanları da algılayabilmem için, genellikle gözlerim kapalı, meditatif bir hal içine girmem gerekiyordu. Yıllar geçtikten sonra, yedinci katmanın ötesini de görebilmeye başladım; bu durumu, bu bölümün sonunda kısaca ele alacağım.

Aura ile ilgili gözlemlerim, beni ilginç bir düalist alan deseni ile karşı karşıya getirdi. Alanın bazı katmanları duran ışık dalgaları şeklindeki, aradaki katmanlar devamlı hareket halindeki renkli sıvılar gibi görünüyorlar. Bu sıvılar, ışıldayan durağan ışık dalgalarının oluşturduğu biçimin içinden akıyorlar. Akış yönü, bir biçimde durağan ışık formu tarafından yönetiliyor, çünkü akış bu duran ışık çizgileri arasında oluyor. Durağan ışık formları titreşim bir yapıda, farklı aralıklarla, hızla yanıp sönen ipçiklerden oluşmuş gibiler. Bu durağan ışık çizgileri boyunca hareket eden küçük yüklü parçacıklar var gibi görünüyor.

Yani birinci, üçüncü, beşinci ve yedinci katmanların belirli bir yapısı var; ikinci, dördüncü ve altıncı katmanlar ise belirli bir yapısı olmayan sıvı benzeri bir maddeden oluşuyorlar. Tek sayılı katmanların arasından akıyorlar ve onların formunu alıyorlar da diyebiliriz. Her katman, altındaki tüm bedenlere tamamen nüfuz ediyor, buna fiziksel beden de dahil. Dolayısıyla, duygu bedenini, esiri bedeninin ötesine uzanıyor ve hem esiri bedenini hem de fizik bedenini içeriyor. Aslında, algıladığımız halleri bu olsa da, bu bedenleri kesin olarak sınırları çizilmiş "katman"lar olarak tanımlayamayız. Daha çok, "kendimizin" birbiri içinde daha sınırlı biçimleri taşıyan, daha geniş bir versiyonumuz olduğunu söyleyebiliriz.

Bilim adamının bakış açısına göre, her bir katman daha yüksek titreşimler düzeyi olduğundan, kendisinden düşük ve kendisinin ötesine uzanan titreşimlerle aynı mekanda bulunmaktadır. Art arda gelen her katmanı algılamak için, gözlemcinin her frekans düzeyini algılayabilecek şuur seviyesine ulaşması gerekir. Demek ki, aynı anda aynı mekanda bulunan, her biri sonuncunun ötesine dek uzanan, "normal" günlük hayatımızda alışık olmadığımız bir şey olan yedi bedene sahibiz. Bazı kişiler, bu katmanların soğan zarı gibi soyulabileceğini sanırlar, ama öyle değildir.

Yapılanmış katmanlar, fizik bedeninin özelliklerini de gösterir, iç organlar, kan damarları ve bunların yanında fizik bedende olmayan şeyler. Belkemiği boyunca aşağı ve yukarı titreşimler yayan bir dikey enerji akışı vardır. Bu, başın yukarısında ve kuyruk sokumundan aşağıda fizik bedeninin ötesine doğru uzanmaktadır. Buna, ana dikey güç akımı diyorum. Alanda, girdaplar halinde dönen koni şekilli şakralar vardır. Bunların ucu, ana dikey güç akımına değer ve açık uçları da yerleştikleri alanın katmanının kenarlarına dokunur.

Aurik Alanın Yedi Şakrası ve Yedi Katmanı

Her katman farklı görünür ve kendi özel işlevine sahiptir. Auranın her katmanı, bir şakra ile ilişkilidir. Yani ilk katman ilk şakra ile, ikinci katman ikinci şakra ile vs. Bunlar genel kavramlar ve bu konuda daha derinlere indikçe, daha karmaşık kavramlarla karşılaşacağız. Şimdilik, size genel bir tablo sunabilmek için bunları sıralayalım. Alanın ilk katmanı ile ilk şakra, fiziksel işlev ve fiziksel duyarlılık -fiziksel acıyı ve baskıyı hissetme- işinde beraber çalışırlar. İlk katman bedenın otomatizması ve otomatik işlevleriyle ilişkilendirilir. İkinci katman ile ikinci şakra, genelde, insanın duygusal yapısıyla ilişkilendirilir. Duygusal hayatımız ve hislerimiz ile ilgilidirler. Üçüncü katman ve şakra, zihinsel yaşamımız ve doğrusal düşünüş ile ilişkilendirilir. Dördüncü, yani kalp şakrası ile ilişkilendirilen düzey, sadece eşimizi değil, tüm insanlığı sevmemizi sağlayan sevgiyi ifade etme aracıdır. Dördüncü şakra, sevgi enerjisini metabolize eder. Beşinci düzey, daha çok ilahi irade ile alakalı olan yüksek irade ile ilişkilendirilir. Beşinci şakra, sözlerin gücü, konuşarak şeyleri oluşturma, dinleme ve yaptıklarımızın sorumluluğunu taşıma ile ilişkilendirilir. Altıncı düzey ve şakra, göksel sevgi ile ilişkilendirilir. Bu sevgi, insani sevginin sınırlarını aşar ve tüm yaşamı kapsar. Tüm yaşamı koruma ve besleme güdüsünü destekler. Her yaşam formunu, Tanrı'nın değerli tezahürleri olarak sevmemizi sağlar. Yedinci katman ve şakra, ruhsal ve fizik yapımız hakkında akıl yürütme, bilme ve bütünlük

sağlama yetimiz ile ilişkilendirilir.

Yani doktor ve terapistlere anlattığımız duyular, anılar, hisler ve diğer fiziksel olmayan şeylerin her biri için enerji sistemimiz içinde belirli bölgeler vardır. Fiziksel rahatsızlık belirtilerimizin, bu bölgelerle nasıl ilişkili olduğunu anlamak; farklı hastalıkların yapısını anlamaya ve hem sağlığın hem de hastalığın yapısını anlamaya büyük katkıda bulunacaktır. Demek ki, auranın incelenmesi, geleneksel tıp ile bizim psikolojik kaygılarımız arasında bir köprü görevi görebilir.

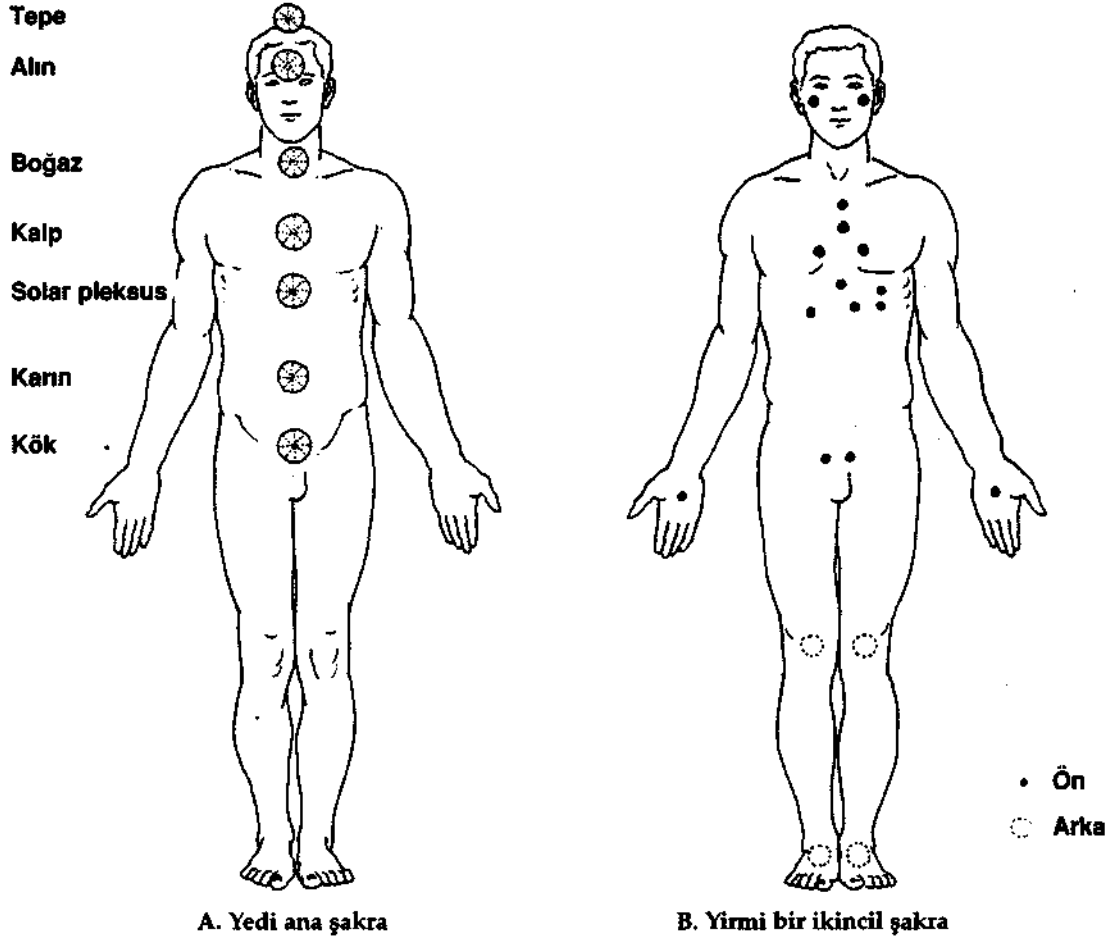
Yedi Şakranın Yeri

Şekil 7-2A'da gösterilen fizik beden üzerindeki yedi ana şakranın yerleri, vücudun o bölgesindeki ana sinir ağları ile uyum gösterir.

Bir radyonik uzmanı olan Dr. David Tansely, *Radionics and the Subtle Bodies of Man* (Radyonik ve İnsanın Süptil Bedenleri) adlı kitabında, duran ışık çizgilerinin kesiştiği 21 noktada bu yedi ana şakranın yerleştiğini söylemektedir.

İkincil olan 21 şakra, enerji çizgilerinin kesiştiği 14 noktaya denk düşer (Şekil 7-2B). Şu sırayla yerleşirler: Her bir kulağın önünde birer adet, her iki göğsün üstünde birer adet, köprücük kemiklerinin birleştiği yerde bir adet, her iki avuç içinde birer adet, her iki ayağın tabanında birer adet, her iki gözün arkasında (şekilde gösterilmemiştir) birer adet, yumurtalık veya erbezleri ile ilgili iki adet, karaciğerin yanında bir adet, mideyle bağlantılı bir adet, dalakla bağlantılı iki adet, her iki dizin arkasında birer adet, timüs bezinin yanında bir adet ve solar pleksusun (göbek güneş sinir ağı) yanında bir adet. Bu şakralar, bedende üç cm kadar uzakta ve dokuz cm genişliğindedir. Avuç içlerinde yer alan ikincil şakralar, şifada gerçekten büyük önem taşırlar. Enerji çizgilerinin yedi kere kesiştiği yerlerde bile minik girdaplar oluşur. Böylelikle, az miktarda çakışmaların olduğu yerlerde bile minik güç merkezleri vardır. Tansely'ye göre, bu girdap noktaları, Çin tıbbının uyguladığı akupunktur noktalarına karşılık gelmektedir.

Bedenin ön kısmında yer alan her ana şakranın, arka tarafa denk gelen bir eşi de vardır ve



Şekil 7-2. Şakraların Konumu
(Teşhüsel Görünüm)

bunlar şakranın ön ve geri unsurları olarak düşünülürler. Ön unsurlar kişinin duyguları ile, arka unsurlar ise irade ile, baştaki üç tane ise zihinsel işlemlerle ilgilidir. Bunlar Şekil 7-3'te gösterilmiştir. Yani 2 no'lu şakranın 2A ve 2B bütünleyicileri, 3 no'lu şakranın 3A ve 3B bütünleyicileri vardır ve bu altıncı şakraya kadar devam eder. Birinci ve yedinci şakralar eşleşmiş olarak düşünülebilir çünkü bunlar, omurgada aşağı ve yukarı giden ana dikey güç akımındaki açık uçlu noktalar.

Şakraların ana güç akımına değen uçları ya da noktaları, şakranın kökleri ya da kalbi olarak nitelendirilir. Bu noktalarda, şakra katmanlarındaki enerji iletimini sağlayan mühürler vardır. Yani her şakra, aurik sahadaki yedi katman şeklinde birbirine bağlıdır. Her şakra, bu katmanlar-

da farklı farklı görünür, bunu daha sonra her bir katmanı ayrıntılı olarak ele aldığımızda açıklayacağız. Enerjinin şakra yoluyla bir katmandan diğerine akması için, şakraların kalbindeki bu mühürlerden geçmesi gerekir. Şekil 7-4, birbiriyle iletişim halindeki bu yedi şakra katmanını göstermektedir.

Enerjinin, Evrensel Enerji Alanından bu şakralara aktığı (Şekil 7-3) görülmektedir. Bahsettiğimiz enerji girdapçıları, Evrensel Enerji Alanından enerjiyi emiyor ya da çekiyor gibi görünmektedir. Denizde, havuzda gördüğümüz ve aşına olduğumuz girdaplar ya da hortumlar gibi işliyor gibi görünüyorlar. Auranın ilk katmanındaki normal bir şakranın açık ucu, vücuttan üç cm uzaktadır ve hemen hemen on beş cm genişliğindedir.

Yedi Şakranın İşlevi

Bu girdapların her biri, EEA içinde enerji alışverişi yapmaktadır. Yani "açık" olma hissinden söz ettiğimiz zaman, bunu kelimenin tam olarak gerçek anlamıyla kullanıyoruz. Tüm ana şakralar, ikincil şakralar, küçük şakralar ve akupunktur noktaları, enerjinin auranın içine ve dışına akması için gereken açıklıklardır. Kendimizi etrafı enerji deniziyle sarılı bir sünger gibi düşünebiliriz. Enerji her zaman için bir şuur formu ile ilişkilendirildiğinden, enerji alışverişi deneyimimizi görme, duyma, hissetme, sezme ya da bilme terimleriyle ifade ederiz.

Dolayısıyla, "açık" kalmak terimini iki anlamda düşünebiliriz. Birinci anlamı, büyük ve küçük tüm şakralar yoluyla evrensel alandan bolca enerjiyi metabolize etmektir (*). İkincisi, içimizden geçip akan enerji ile ilişkili tüm o şuur hallerini içeriye almak, bir anlamda onunla başa çıkmak anlamını taşır. Bu kolay bir şey değildir ve çoğumuz da bunu yapamıyoruz. Basitçe söylersek, çok fazla veri girdisi var. Psikolojik malzemenin her bir şakra ile ilişkisi, kişinin o şakradan geçirdiği enerji akışını artırarak şuuruna varılır hale getirilir. Çok fazla psikolojik malzeme ani bir akış sayesinde gerçekleşebilir ve biz bunu tümüyle işleyemeyebiliriz. Böylece her şakrayı yavaşça açacak şekilde çalışırız ve alınan kişisel malzemeyi işleyecek ve yaşamımıza uyduracak zamanı bulmuş oluruz.

Şakraları açmak ve enerji akışını artırmak önemlidir, çünkü ne kadar çok enerji akışına izin verirsek, o kadar sağlıklı oluruz. Sistemdeki bir hastalık, enerjideki dengesizlik ya da enerji akışının engellenmesinden kaynaklanır. Bir diğer deyişle, insan enerji sistemindeki enerji akışının azalması, hastalığa neden olur. Bu da duygu ve algılayışımızı olumsuz etkileyerek yaşamı doğru biçimde deneyimleyişimize ters etki yapar. Ancak çaba göstermeksizin ve olgunluğumuzu ve açıklığı geliştirmeksizin açık kalmaya, psikolojik olarak hazır değilizdir.

Beş duyunun her biri, bir şakra ile ilintilidir. Dokunma, ilk şakra ile; işitme, koklama ve tatma beşinci şakra (boğaz şakrası) ile; görme ise altın-

cı (üçüncü göz) şakra ile ilgilidir. Bu, algılama kısmında daha detaylı olarak açıklanacaktır.

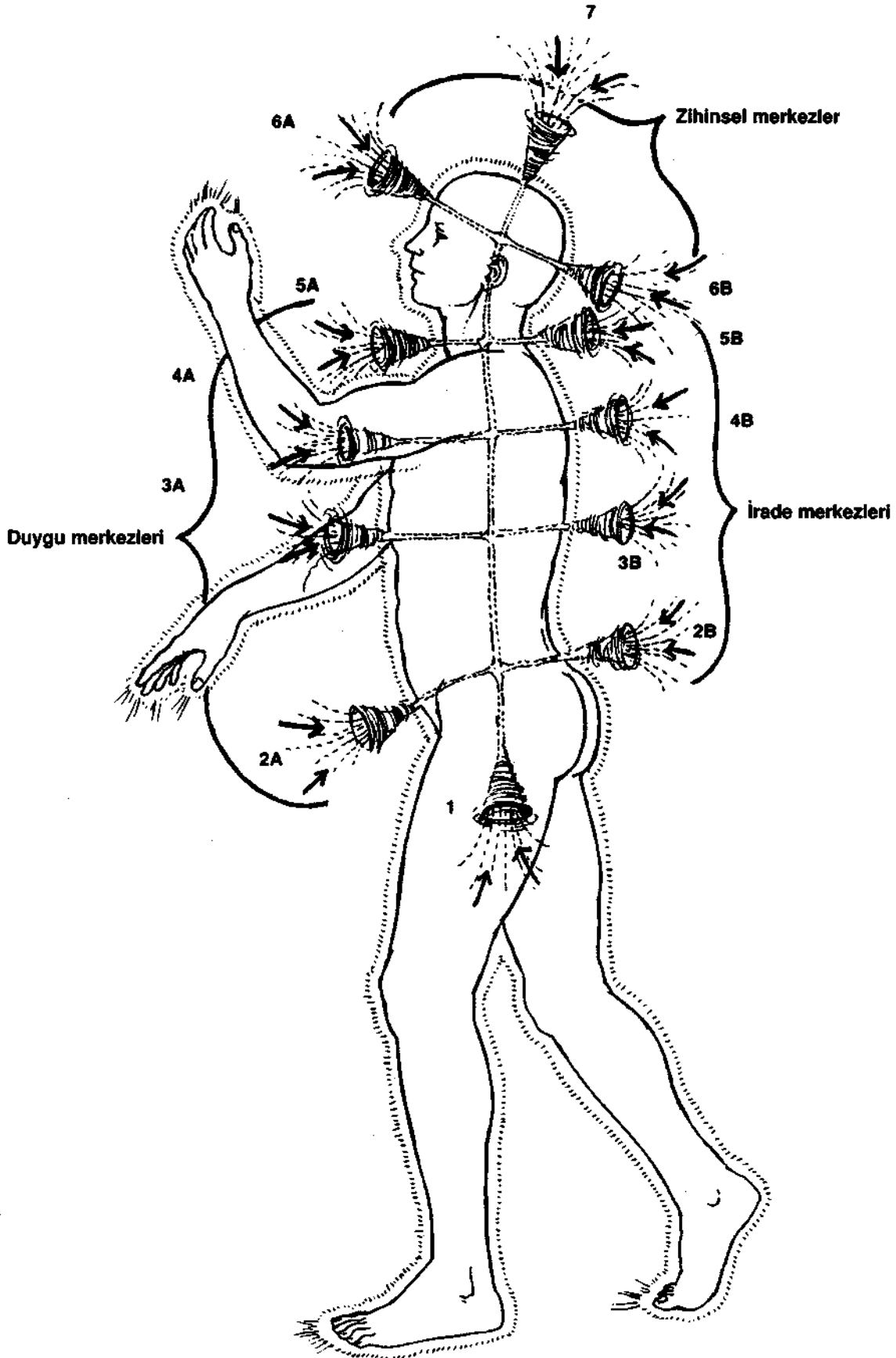
Aurik beden şakralarının üç ana işlevi vardır:

1. Her aurik katmanı, dolayısıyla fiziksel bedeni canlandırmak.
2. Ben şuurunun farklı unsurlarının gelişmesini sağlamak. Her şakra, belirli bir psikolojik işlev ile ilişkilidir. "Terapi Seanslarında Aura Gözlemleri" adlı bölüm, esiri, duygu ve mantal bedenlerdeki belirli şakraların psikolojik etkileri üzerinde durmaktadır.
3. Enerjiyi aurik düzeyler arasında iletme. Her aurik katman, fizik bedenin aynı bölgesinde yerleşmiş yedi ana şakranın özelliklerine sahiptir. Her bir üst katman gittikçe artan frekans oktavına sahip olduğuna göre, bu mümkündür. Örneğin, dördüncü şakra için gerçekte her biri bir öncekinden daha yüksek frekans bandına sahip olan yedi şakra mevcuttur. Bu şakralar, birbirlerinin içine sığabilen cam kaplar gibidirler. Her bir üst düzeyde yer alan her şakra, aurik alanda (her bir aurik katmanın kenarına doğru) bedenden biraz daha uzaklaşmış durumdadır ve daha geniş bir yer kaplar.

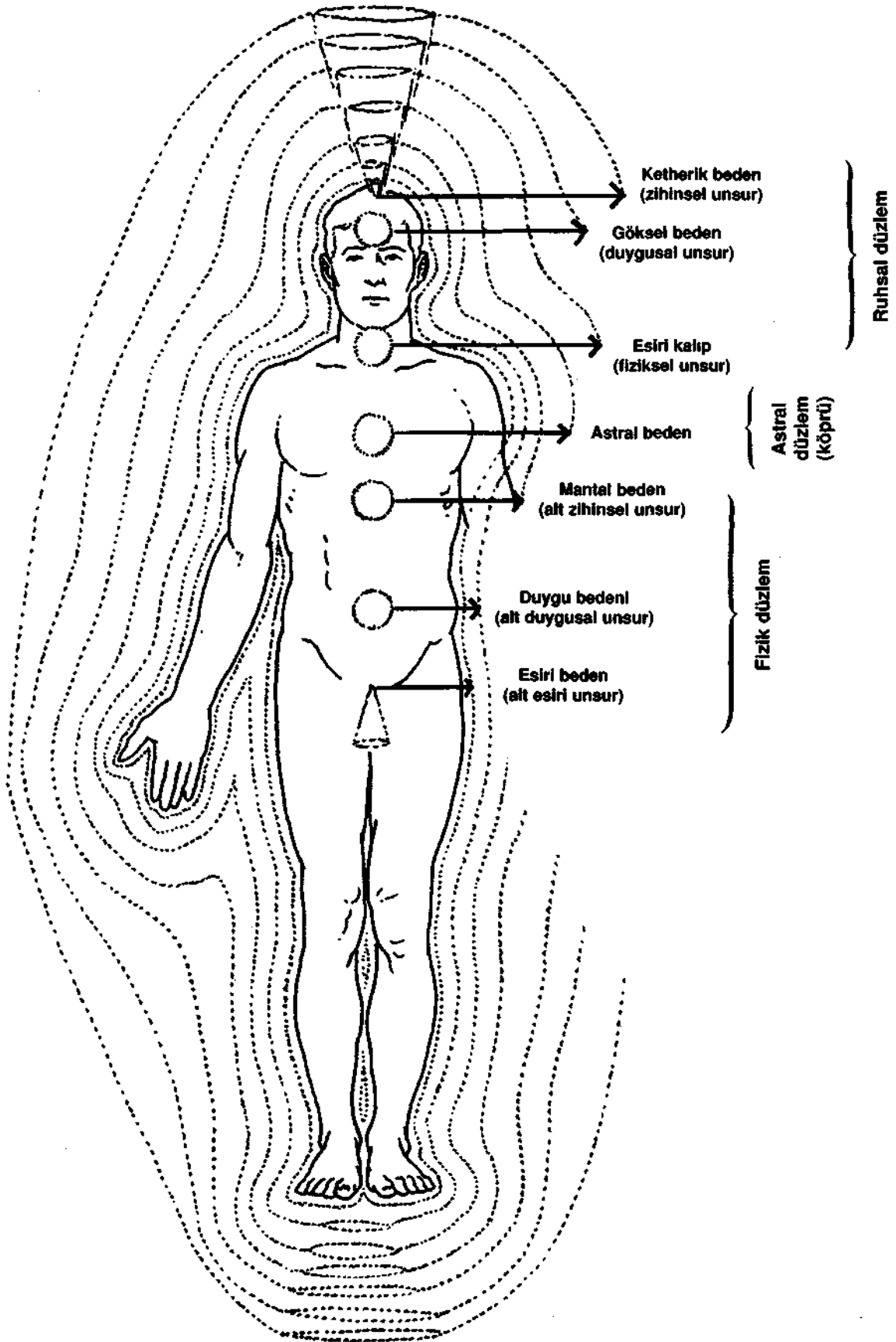
Enerji bir katmandan diğerine, şakraların uçlarında yer alan geçitlerden iletilir. Bu geçitler çoğu insanda mühürlenmiştir. Ruhsal arınma çalışmasının bir sonucu olarak, bunlar açılır ve şakralar böylece bir katmandan diğerine enerji aktarabilir hale gelirler. Esiri düzleminde ki her şakra, esiri düzlemi saran ve onu içeren bir sonraki ince bedendeki aynı şakraya doğrudan bağlıdır. Duygu bedenindeki şakralar da bir sonraki ince beden olan mantal bedendekilere bağlıdır ve bu şekilde devam eder.

Doğu ezoterik literatüründe, her şakranın belirli bir sayıda taçyaprağa sahip biçimde görüldüğünden bahsedilir. Daha yakından incelendiğinde, bu taçyapraklarının, çok yüksek hızda dönen küçük girdaplar gibi görüldüğü anlaşılır. Her bir girdap, kendine özgü spin frekansında titreşen bir enerji titreşimini metabolize eder. Örneğin, kasık şakrası dört girdap taşır ve enerjinin

(*) Metabolizm: Canlı organizmada ya da canlı gözelerde hareketi, enerjiyi sağlamak için oluşan ya da protoplazmanın özel işlevlerini yerine getirmek için bölünmeye uğradığı dirimbilimsel ve kimyasal değişimlerin tümü.



Şekil 7-3. Yedi Ana Şakra, Ön ve Arkadan Görünüşleri



Şekil 7-4. Yedi Katmanlı Aurik Vücut Sistemi

Şekil 7-5
ANA ŞAKRALAR ve VÜCUDU BESLEDİKLERİ ALANLAR

ŞAKRA	GİRDAPÇIK SAYISI	ENDOKRİN BEZİ	YÖNETTİĞİ BEDEN BÖLGESİ
7- Taç	972 Menekşe-beyaz	Kozalaklı bez	Üst beyin, sağ göz,
6- Baş	96 Çivit	Hipofiz bezi	Alt beyin, sol göz, kulaklar, burun, sinir sistemi
5- Boğaz	16 Mavi	Tiroid	Bronş ve sesle ilgili organlar, akciğerler, sindirim kanalı
4- Kalp	12 Yeşil	Timüs	Kalp, kan, 10. kafa siniri (vagus), dolaşım sistemi
3- Solar pleksus	10 Sarı	Pankreas	Mide, karaciğer, mesane, sinir sistemi
2- Kuyruk sokumu	6 Turuncu	Yumurtalık, erbezleri	Üreme sistemi
1- Kök	4 Kırmızı	Adrenaller	Omurga, böbrekler

dört temel frekansını metabolize eder. Her şakrada gözlenen renkler, belirli hızlarda metabolize edilen enerji frekansları ile ilgilidir.

Şakraların görevi vücudu canlı kılmak olduğuna göre, vücuttaki bir rahatsızlık ile de doğrudan ilişkilidirler. Şekil 7-5, omurga boyunca yerleşen yedi ana şakrayı göstermektedir. Her şakra bir endokrin bezi ve ana sinir ağı ile ortak çalışır. Şakralar, evrensel ya da asli enerjiyi (ch'i, orgon, prana vs.) özümserler, Şekil 7-6'da gösterildiği gibi onu bütünleyici parçalarına ayırırlar ve *nadi* denen enerji nehirleri ile sinir sistemine, endokrin bezlerine ve bedeni besleyen kana gönderirler.

İlerde daha detaylı bahsedilecek olan şakraların psikodinamik işlevi, asıl olarak auranın ilk üç bedeni ile ilgilidir, yani bedenin dünya planında fiziksel, mantal ve duygusal etkileşimleri ile ilgili katmanlarla. Örneğin, birinin kalp şakrası olması gerektiği gibi işliyorsa, o kişi sevmeye başaranlıdır. İlk şakra sağlıklı biçimde işliyorsa, o kişinin yaşama isteği güçlüdür ve yere sağlam basıyordur. Yaşamını yerleştirmiştir. Eğer kişinin üçüncü ve altıncı şakraları sağlıklı işliyorsa, iyi düşünebiliyordur. Sağlıklı işlemiyorsa, düşünceleri karışmıştır.

Esiri Beden (İlk Katman)

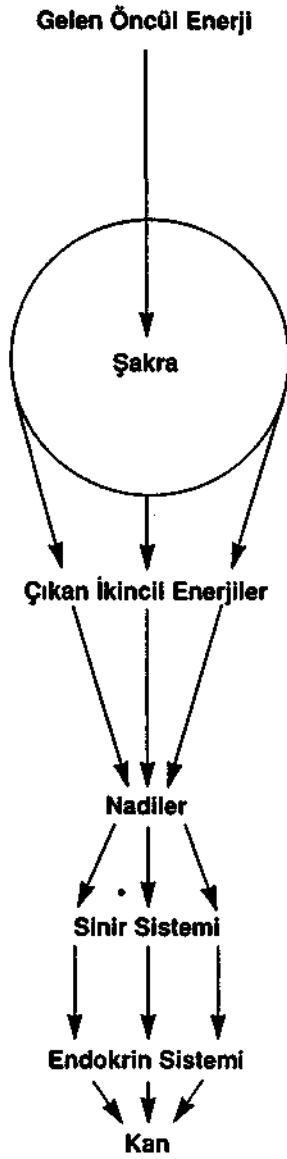
Esiri katman ("esir", enerji ve madde arasında

bir haldir), televizyon ekranında görülene benzeyen "kıvılcımlar saçan ışık huzmeleri" şeklinde ki minik enerji hatlarından oluşur (Şekil 7-7). Tüm anatomik yapısı ve organlarıyla aslında fizik bedene benzer.

Esiri beden, fiziksel maddeden oluşan beden dokularının üstlerinde şekillendiği kesin biçimli güç çizgileri ya da enerji matrisinden oluşur. Fiziksel dokuların bu yapısı, arkalarındaki bu yaşamsal sahadan kaynaklanır; yani bu saha, fiziksel bedenin sonucu değildir, ondan önce gelir. Bu ilişki, bitkilerin büyümesini gözlemleme çalışmalarımızla Dr. John Pierrakos ve tarafımdan kanıtlanmıştır. Yüksek Duyusal Algılamayı kullanarak, yapraktaki enerji saha matrisini gözledik ve bunun yaprağın büyümesinin arkasında yatan şey olduğunu gördük, yaprak böylece alması gerektiği formu almaktaydı.

Esiri bedenin ağ benzeri yapısı, sürekli hareket halindedir. Bir durugörürün bakışıyla, tüm yoğun fizik beden boyunca hareket eden mavimsi beyaz enerji kıvılcımları halinde görülebilir. Esiri beden, fizik bedenden yarım cm ile altı cm'e kadar değişen bir uzaklıktadır ve saniyede 15-20 devirle titreşir.

Esiri bedenin rengi açık maviden griye doğru değişir. Açık mavi renk, griye göre daha ince bir biçimle bağlantılıdır. Yani hassas bir bedene sahip olan duyarlı bir insan açık mavi renkte; atletik, sağlam bir vücuda sahip insan ise gri renk-



Şekil 7-6. Gelen Öncül Enerjinin Metabolik Yolu

te bir ilk katmana sahiptir. Bu katmanın tüm şakraları, esiri bedenle aynı rengi taşır. Yani şakralar da açık mavi ile gri arasında değişen bir renktedir. Şakralar, esiri bedenin geri kalanı gibi, ışıktan yapılmış gibi görünürler. İnsan, fizik bedenin tüm organlarını algılayabilir ama bunlar da titreşim mavimsi ışıktan oluşmuşlardır. Yaprığın enerji sistemi gibi, bu esiri yapı da enerji matrisini hücreleri büyütecek şekilde kurar; yani bedenin hücreleri esiri matrisinin enerji çizgileri boyunca gelişir ve bu matris hücre gelişmeden önce mevcuttur. Eğer esiri beden izole edilebilse ve sadece o gözlemlenebilseydi, Örümcek Adam

gibi değil sürekli bir titreşimle parıldayan mavimsi çizgiler halinde ışıktan yapılmış bir adam veya bir kadın gibi görünürdü.

Eğer bir insanın omuzu loş ışıktan ve düz beyaz, düz siyah ya da koyu mavi zemin önünde gözlenecek olursa, esiri bedendeki nabız gibi atışlar fark edilebilir. Bu atışlar, diyelim ki omuzda yükselir ve kola doğru dalgalanır gibi yol alır. Daha yakından bakarsanız, omuz ile mavi soluk ışık arasında bir boşluk olduğunu görürsünüz; bedenden uzaklaştıkça solan bir mavimsi sis vardır. Fakat siz onu görür görmez yok olacaktır, çünkü çok hızlı hareket eder. Kendinizi kontrol etmek için bir kez daha bakacak olduğunuzda, kolun alt tarafında tekrar titreşecektir. Tekrar deneyin. Bir sonraki atışı yakalayacaksınız.

Duygu Bedeni (İkinci Katman)

İkinci aurik beden (Şekil 7-8), yani esiri bedenden sonra gelen katman, duygu bedeni olarak adlandırılır ve hislerle ilgili olarak çalışır. Kabaca, fizik bedenin dış çizgilerini izler. Esiri bedenden daha sıvımsı bir yapısı vardır ve birebir fizik beden gibi değildir. Daha çok, akıcı hareketleri olan ince malzemeden oluşmuş renkli bulutlar gibidir. Bedenden üç ila altı cm uzaklığa dek uzanır.

Bu beden, çevrelediği daha yoğun katmanları sarar ve onlara nüfuz eder. Rengi, parlaktan koyu, çamurumsu bir renge kadar değişiklik gösterir, bu da duyguların ya da onları üreten enerjilerin açıklığına ya da karmaşıklığına bağlıdır. Sevgi, heyecan, haz ya da öfke gibi açık ve yüksek enerjili hisler parlak ve temiz; karışık duygular ise çamur gibi koyu bir renk oluşmasına sebep olur. Bu duygular, kişisel etkileşim yoluyla enerjize olduğundan, beden psikoterapisi vb. gibi yöntemlerle renkler ilk parlak haline dönüştürülebilir. "Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri" başlıklı bölüm bu süreç üzerinde daha ayrıntılı durmaktadır.

Bu beden, gökkuşağının tüm renklerini barındırmaktadır. Her şakra, farklı renkte bir gir-dap gibidir ve gökkuşağının değişik renklerini izler. Aşağıdaki listede, duygu bedenindeki şakraların sırasını ve renklerini görüyorsunuz:

- Şakra 1 = kırmızı
 2 = kırmızı-turuncu
 3 = sarı
 4 = parlak çimen yeşili
 5 = gök mavisi
 6 = çivit
 7 = beyaz

“Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri” başlıklı bölüm, terapi seansları sırasında duygu bedeninin durumu hakkında gözlemlere yer vermektedir. Genelde bu beden, esiri katman matrisinin içinde dolaşan ve biraz da ötesine geçen renk kürecikleri şeklinde görünür. Bazen kişi, çevresindeki havaya bu renkli enerji küreciklerini fışkırtır. Bu durum, özellikle terapi seanslarında kişi duygularını açığa çıkarırken gözlemlenebilir.

Mantal Beden (Üçüncü Katman)

Üçüncü aura mantal bedendir (Şekil 7-9). Bu, duygu bedeninin ötesine uzanır ve daha da ince maddeden oluşur, tüm bunlar düşünce ve zihinsel işlemlerle ilişkilendirilen bir yapıya sahiptir. Bu beden, genellikle baş ve omuz civarından çıkıp bütün bedene yayılan açık sarı bir ışık şeklindedir. Kişi zihinsel çalışma üzerinde yoğunlaştıkça, bu ışık da daha parlak hale gelir. Bedenden 8,5 ile 22 cm'e kadar değişen bir mesafeye dek uzanır.

Bu katman da yapılanmış bir bedendir. Fikirlerimizin yapısını barındırır. Bu beden çoğunlukla sarıdır. Bu katmanda düşünce formları görülebilir. Bunlar, değişen parlaklık ve formda kürecikler halinde görünür. Bu düşünce formları, aslında duygusal düzeyden yayılan ek renklere de sahiptir. Bu renk, kişinin hislerinin düşünce formlarına bağlılığını temsil eder. Kişinin fikirleri ne kadar iyi ve net biçimde şekillenmişse, bu fikirle ilişkili düşünce formu da o kadar iyi şekillenir. Bu düşünce formlarını, temsil ettikleri düşünceler üzerinde yoğunlaşarak geliştirmekteyiz. Alışkanlık haline gelmiş düşünceler çok güçlüdür ve yaşamımız üzerinde etki sahibi olan “iyi biçimlenmiş” düşüncelerdir.

Bu beden, benim için gözlenmesi en güç

olan katman olmuştu. Bunun bir nedeni, insanların mantal bedeni daha yeni yeni biçimlendirmeye ve zekalarını net ve berrak biçimde kullanmaya daha yeni başlamış olmaları olabilir. Bu yüzden zihinsel aktivitenin öneminin farkındayız, kendimizi analitik bir toplum olarak değerlendiriyoruz.

Fiziksel Dünyanın Ötesi

Şifada kullandığım sistemde (Şekil 7-4), alt üç aurik katman, fiziksel enerjinin metabolize edilmesinde, diğer üst üç tabaka da ruhsal dünyaya ilişkin enerjinin metabolize edilmesinde görevlidir. Dördüncü ya da astral katman, kalp şakrası ile ilişkilendirilir ve tüm enerjilerin bir dünyadan diğerine akmak için geçmek zorunda olduğu porta olma görevini görür. Yani ruhsal enerji, düşük fiziksel enerjiye dönüşebilmek için kalp ateşinden geçmeli ve (alttaki üç aurik katmanın) fiziksel enerjisi, ruhsal enerji haline gelebilmek için yine kalbin bu dönüştürücü ateşinden geçmelidir. “Tam Spektrum Şifası” adlı bölümde işlenecek olan tam spektrum şifasında, tüm katmanlarla ilişkili enerjiyi kullanıyoruz ve onları sevginin merkezinden, kalpten geçiriyoruz.

Bu kısımda şu ana dek ilk üç katmandan bahsettik. Zaten ABD’de gördüğüm çoğu psikoterapi seansında da bu ilk üç katman ve kalp ile ilgili çalışmalar yapılıyor. Kişi auranın dört üst katmanı ile ilgilenmeye başlayınca her şey değişir çünkü *algılayışınızı ilk üç katmanın üzerindekiyle ilgili olarak açtığınız zaman, bu katmanlarda mevcut olan ve fiziksel bedenleri olmayan kişileri veya varlıkları da algılamaya başlarsınız.* Benim ve diğer durugörürlerin gözlemlerine göre, fiziksel gerçekliğin ötesinde diğer gerçekliğin “frekans bantları” mevcuttur. Aurik alanın üst dört katmanı, gerçekliğin bu diğer dört katmanına denk düşmektedir. Yine de şunu hatırlatmalıyım: Bu bölümün devamı, sadece gözlemlenen fenomeni açıklamak için bir sistem oluşturma girişimidir; ilerde daha iyi sistemlerin de yaratılacağına inanıyorum. Bu sistem, bana yararlı oldu.

Şekil 7-4’te, üst üç şakrayı kişinin ruhsal gerçekliğindeki fiziksel, duygusal ve zihinsel işlevleri ile ilişkilendirmiştim. Bunun sebebi, pek ço-

ğumuzun kendimizin bu kısmını sadece bu sınırlı işlevler için kullanıyor olmamız. Bunlar, tüm kavramların bir kerede anlaşıldığı yüksek irade, yüksek duygular ve yüksek biliş katmanlarıdır. Dördüncü katman, sevgi ile ilgilidir. Bu da, gerçekliğin diğer hallerine geçmek için kullanacağımız kapıdır.

Aslında, tablo görüldüğünden daha karmaşıktır. İlk üç katmanın üstündeki katmanların her biri, normalde insan dediğimiz varoluşun, formun ve kişisel fonksiyonların çok ötesine geçen varlıklarla, biçimlerle ve kişisel işlevlerle birlikte tam bir gerçeklik düzeyidir. Her biri, içinde yaşadığımız ve var olduğumuz birer dünya. Çoğumuz bu gerçeklikleri uyurken tecrübe ediyor ama hatırlayamıyoruz. Bazılarımız, meditasyon teknikleri ile şuurlarını genişleterek bunu yapıyor. Bu meditasyon teknikleri, şakra katmanlarının kökleri arasındaki mühürleri kaldırıyor ve şuurların projeksiyonuna bir kapı açıyor. İlerleyen kısımda, sadece aurik katmanlar ve onların sınırlı işlevleri üzerinde duracağım. Kitabın ilerleyen bölümlerinde “gerçeklik frekanslarının” daha yüksek katmanları hakkında daha fazla ayrıntı yer almaktadır.

Astral Düzey (Dördüncü Katman)

Astral beden (Şekil 7-10) şekilsizdir ve duygu bedeninkinden daha güzel renklere sahip bulutlardan oluşur. Aynı renk takımını taşır, fakat bu genelde sevginin rengi olan gül pembesi ile karışır. Bedenden 18 ila 35 cm dışa uzanır. Şakralar, duygu bedenindeki gökkuşağı renkleri ile aynı renk oktavına sahiptir, fakat yine gül pembesi sevgi ışığının etkisi görülür. Seven bir kişinin kalp şakrası, astral düzeyde gül pembesi ışık ile doludur.

İnsanlar aşık olduklarında, kalpleri arasında gül pembesi güzel ışık arkları oluşur ve hipofiz bezinin normalde altın rengi titreşimlerine bir de bu renk ışık eklenir. İnsanların arasındaki ilişki gelişince, aralarında şakralarından çıkarak onları birbirlerine bağlayan kordonlar oluşur. Bu kordonlar, astrale ek olarak aurik katmanların birçoğundan geçer. İlişki derinleşip uzadıkça, kordonlar da güçlenir ve çoğalır. İlişki sona erdiğinde,

bunlar kopar ve bazen büyük acı verirler. Biten bir ilişkinin “üstesinden gelme” aşaması, bu bağları alanın alt düzeylerinde yavaş yavaş koparmak ve onları benlik içinde tekrar köklendirmek aşamasıdır.

İnsanlar arasında, astral düzeyde büyük miktarda etkileşim meydana gelir. Bir odadaki insanlar arasında çeşitli renk ve formlarda büyük kürecikler uçuşur. Bazıları hoştur bunların, bazıları değildir. Farkı anlayabilirsiniz. Odada görünüşte sizin farkınızda bile olmayan birinden hoşlanmadığınızı hissedebilirsiniz, ama bir başka düzeyde çok şey olmaktadır. Yan yana durup birbirlerine dikkat etmiyormuş gibi yapan insanlar gördüm, ama enerji düzeyinde aralarında gelip giden çok miktarda enerjiyi düşünürsek sıkı bir iletişim içindeydiler. Bu tip şeyleri siz de deneyimlemişsinizdir şüphesiz, özellikle kadınlar ve erkekler arasında. Bu sadece beden dili değildir; algılanabilecek gerçek bir enerji olayı gerçekleşmektedir. Örneğin, bir erkek ya da kadın, bir barda ya da partide biriyle beraber olmak hakkında fantezi kuruyorsa, alanların uyumlu ve insanların uyuşabilecek olup olmadığını görmek üzere enerji alanlarında kıpırdanmalar görebilirsiniz. Bu aurik etkileşim fenomeni hakkında daha çok örneği “Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri” başlıklı bölümde bulabilirsiniz.

Esiri Kalıp Bedeni (Beşinci Katman)

Beşinci katmana esiri kalıp bedeni diyorum (Şekil 7-11), çünkü fiziksel düzlemde mevcut olan tüm formları, bir şablon ya da kalıp halinde içermektedir. Yani daha çok bir fotoğrafın negatifine benzer. Bu, esiri katmanın kalıp formudur, ki o da, daha önce belirttiğimiz gibi, fizik bedeninin kalıp formudur. Enerji alanının esiri katmanı, yapısını esiri kalıp katmanından türetir. Bu, esiri katmanın alacağı mükemmel biçimin şablonudur. Bedenden 18 ila 70 cm kadar dışarı uzanır. Hastalıkta, esiri katman bozulunca, esiri kalıp tabaka, esiri katmanın eski haline dönmesi için destek görevi yapar. Sesin madde yarattığı düzey budur. Bu düzeyde, şifa çalışmalarında ses kullanımını en etkili sonucunu vermektedir. Bu, “Renk ve Ses ile Şifa” başlıklı bölümde daha iyi açıklan-

nacaktır. Durugörüyle bu formları, kobalt mavisi zemin üzerindeki açık ya da saydam çizgiler halinde görüyorum; tıpkı bir mimarın krokisi gibi, sadece bu kroki başka bir boyutta mevcut.

Öklid geometrisinde bir kürenin nasıl yaratıldığıyla, esiri mekanda bir kürenin nasıl yaratıldığını karşılaştırmak, iyi bir örnek oluşturabilir. Öklid geometrisinde, bir daire yaratmak için önce bir noktayı tanımlamalıyız. Bu noktadan çıkacak şekilde her üç boyutta çizilen bir yarıçapla daireyi oluşturmak mümkün olur. Esiri mekanda, negatif mekan da diyebiliriz buna, daire oluşturmak için bunun tersi bir işlem gerekir. Tüm yönlerden gelen sayısız düzlemin, daireyi oluşturacak yeri boş bırakacak şekilde tüm alanı kaplaması gerekir. Daire böyle tanımlanır. Tüm düzeylerin birbirleriyle karşılaştıklarında doldurmadıkları bölge, boş bir küresel mekan oluşturur.

Demek ki, auranın esiri kalıp katmanı, auranın ilk ya da esiri katmanının yer alabileceği bir boşluk ya da negatif mekan yaratmaktadır. Esiri kalıp, esiri katman için bir şablon olmakta ve fiziksel beden geliştikçe bir şekilde ızgara yapısı (yapılanmış enerji alanı) görevini görmektedir. Yani evrensel enerji alanının esiri kalıp katmanı, kalıp düzeyi hariç, fiziksel seviyede var olan tüm şekil ve formları içerir. Bu formlar, negatif mekanda yer alır, esiri ızgara yapısının büyüdüğü ve üstünde tüm fiziksel tezahürün var olduğu boş bir mekan yaratır.

Birinin alanını incelerken, sadece beşinci düzeyin titreşim frekanslarına yoğunlaşarak, auranın sadece bu katmanını izole edebiliriz. Bunu yaparken, kişinin bedeninden 90 cm kadar uzağa genişleyen aurik alan formunu görebiliyorum. Bu, dar bir oval şekle benziyor. Alanın tüm yapısını içerir gibi görünüyor; şakralar, organlar, vücut formu (kollar gibi), hepsi negatif formda. Tüm bunlar, koyu mavi zemin üzerinde saydam çizgiler şekline dalar, katı bir formda. Bu düzeye daha çok uyumlandıkça, bu perspektifte çevremdeki diğer tüm formların var olduğunu algılayabiliyorum. Bu, algılayışımı bu düzeye taşıdığım zaman kendiliğinden oluyor. Yani dikkatimi ön-

ce genel olarak beşinci düzeye veriyor, sonra da gözlemlediğim belirli bir kişi üzerinde yoğunlaşıyorum.

Göksel Beden (Altıncı Katman)

Ruhsal planın duygusal düzeyi olan altıncı düzey, göksel beden (Şekil 7-12) diye adlandırılır. Bedenden uzaklığı, 70 ila 95 cm arasında değişir. Bu, sayesinde ruhsal coşkuyu hissettiğimiz yerdir. Buna, meditasyon ya da bu kitapta da yer verdiğim bazı dönüşüm metotları ile ulaşılabilir. Tüm evren ile bağlantımızı anladığımız "varlık" noktasına vardığımızda, var olan her şeydeki ışığı ve sevgiyi gördüğümüzde, ışıkla yıkandığımızda, ışığın farkına vardığımızda ve bizzat ışık olup da Tanrı ile bir olduğumuzu hissettiğimizde, şuurumuzu auranın altıncı düzeyine yükselttik demektir.

Açık kalp şakrası ile açık göksel şakra arasında bağlantı sağlandığında, koşulsuz sevgi akışı sağlanır. Bu bağlantıda, insanlık sevgisini, bedende yakın olduğumuz insanlara duyduğumuz sevgiyi, fiziksel gerçekliğin ötesindeki tüm varoluş alemlerine giden ruhsal sevgide bulduğumuz ruhsal vecd ile biraraya getirebiliriz. Bu ikisinin birleşmesi, koşulsuz sevgiyi yaratır.

Göksel beden parıldayan güzel ve çoğunlukla pastel renklerden oluşmuştur. Bu ışık altıngümüş parlaklığında ve mother-of-pearl (*) payetler (**) gibi yanardöner (***) niteliktedir. Bir mumun etrafındaki parlaklık gibi bedenden dışarı yayılan ışıktan oluştuğu için, esiri kalıp düzeyinden daha az belirgindir. Bu parlaltı içinde daha parlak, daha güçlü ışık demetleri de vardır.

Ketherik Kalıp ya da Kozal Beden (Yedinci Düzey)

Yedinci katman, ruhsal seviyenin mantal düzeyi olan ketherik tabakadır (Şekil 7-13). Bedenden 90 ila 120 cm kadar dışarıya uzanır. Şuur düzeyimizi auranın yedinci tabakasına kadar genişlettiği-

(*) Mother-of-pearl: Sedef, midye ve istiridye gibi deniz hayvanlarının kabuğunda bulunan, sedefçilikte kullanılan, pırıltılı, beyaz, sert bir madde.

(**) Payet: Süs olarak elbiseye takılan madeni pul.

(***) Yanardöner: Işıkları renk renk yansıtan.

miz zaman, tanrısal nitelikler ile bir olduğumuzu anlarız. Dış formu, aura bedeninin yumurta şekli gibidir ve kişinin o anki enkarnasyonu ile ilişkili tüm aurik bedenleri içermektedir. Bu beden de, hayli yapılanmış bir kalıptır. Ben, onu auranın tüm katmanlarını birarada tutan, son derece güçlü ve sağlam altın rengi iplerden oluşmuş biçimde görüyorum. Tüm fizik bedenin yapısını ve şakraları altın rengi bir ızgara yapısı ile içerir.

Bu yedinci katmanın frekans düzeyine "ayar yaparken", "parıldayarak yanıp sönen" terimini kullanmama yol açan son derece hızlı nabız gibi atan, güzel ve altın rengi bir ışık algıladım. Sanki binlerce altın rengi iplik gibi görünür. Bedenden 100 cm ile 125 cm arasında değişen uzaklığa dek uzanır, kişiye göre değişiklik gösterecek şekilde, küçük ucu ayakların altına ve büyük ucu başın üstüne gelecek şekilde bir yumurta formundadır. Eğer kişi çok enerjikse, daha da genişleyebilir. Dış kenarı bana hep yumurta kabuğu gibi görünür; kalınlığı yarım ila 1,5 cm gibidir. Yedinci katmanın bu dış kenarı çok sağlam ve esnektir, sızmalara karşı dayanıklıdır ve sahayı, yumurta kabuğunun civcivi koruduğu gibi korur. Tüm şakralar ve beden formları, bu düzeyde altın rengi ışıklardan yapılmış gibidir. Bu, aurik alanın en güçlü ve esnek katmanıdır.

Karmaşık şekilli ve son derece yüksek hızla titreşen durağan bir ışık dalgasına benzetilebilir. İnsan ona baktığında, neredeyse sesini bile duyabilir. Bu görüntü üstüne meditasyon yapılsa, bir sesin duyulabileceğinden şüphem yok. Bu altın rengi kalıp düzeyi, aynı zamanda omurgada inip çıkan ve tüm vücudu besleyen ana güç akımını da barındırır. Bu altın rengi güç akımı omurgada inip çıkarak titreştikçe, her şakradaki enerjinin taşınmasını ve bu şakralar yoluyla alınan enerjilerin bağlanmasını sağlar.

Ana dikey güç akımı, diğer güç akımlarını kendisine doğru açıda harekete geçirdikçe, altın renkli akıntılar bedenden dimdik dışarı yayılır. Bunlar da alanın çevresinde daire şeklinde diğer güç akımlarını harekete geçirir ve böylece tüm aurik alan ve onun altındaki katmanlar bu sepet benzeri ağı içinde tutulur. Bu ağ, söz konusu altın rengi ışığın gücünü gösterir, ilahi zihin tüm alanı birarada ve bütünlük içinde tutmaktadır.

Ek olarak, bu ketherik kalıp düzeyinde, yu-

murta kabuğu içinde geçmiş yaşama ait bantlar da bulunur. Bunlar, aurayı çevreleyen ve bu kabuğun yüzeyinde her yanda bulunabilen renkli ışık bantlarıdır. Boyun ile omuz civarında bulunanlar, genellikle bugünkü yaşamda düzeltmeye çalıştığınız geçmiş yaşamla ilgili durumlar içermektedir. Jack Schwarz bu bantları ve bunların renklerinin ne anlama geldiğini anlatır. İlerde, geçmiş yaşam şifası kısmında, bunların nasıl kullanıldığını anlatmaya çalışacağım. Ketherik düzey, ruhsal plandaki son aurik tabakadır. Yaşam planını içerir ve bu enkarnasyon ile doğrudan ilişkili son düzeydir. Bu düzeyin ötesinde kozmik plan vardır, yani sadece tek bir enkarnasyonun sınırlayıcı bakış açısından deneyimlenemeyecek bir plan.

Kozmik Plan

Yedinci düzeyin üstünde, şu ana dek algılayabildiğimiz iki düzey olan sekizinci ve dokuzuncu düzeyler vardır. Bunlar, başın üstünde yer alan sekizinci ve dokuzuncu şakralar ile ilişkilendirilir. Her bir düzey kristalimsi ve çok yüksek, ince titreşimlerden oluşmuşa benzemektedir. Bunlar madde (sekizinci düzey) ve form (dokuzuncu düzey) arasında gidip gelen genel bir deseni izliyor gibi görünürler; bu açıdan sekizinci düzey daha sıvımsı bir madde, dokuzuncu düzey ise altında yer alan her şeyin kristal benzeri bir yapı kalıbı halindedir. Bu tabakalar var olmasına rağmen, literatürde onlara dair bir referans bulamadım. Bu düzeyler hakkında, rehberlerim tarafından öğretilen bazı çok güçlü şifa teknikleri dışında çok az şey biliyorum. Bu metotları da "Tam Spektrum Şifası" başlıklı kısımda açıklayacağım.

Alanı Algılamak

Durugörünüzü açtıkça, aurik alanın belki de sadece ilk katmanlarını algılayabileceğinizi unutmayın. Muhtemelen, katmanları birbirinden ayıramayabilirsiniz. Belki sadece renkler ve formlar görebilirsiniz. Geliştikçe, kendinizi yüksek frekansları ve düzeyleri fark etmeye başlayacak şekilde daha duyarlı hale getirebilirsiniz. Katman-

3. KISIM

PSİKODİNAMİKLER ve İNSAN ENERJİ ALANI

“Mum alevinin altın rengi ışığı, fitile sıkı sıkı tutunan
karanlık ışığının tahtında oturmaktadır.”

Zohar

Giriş

TERAPİ DENEYİMİ

Auraları yetişkin olarak tekrar görmeye başlayışım, ilk kez bir psikoterapi oturumunda meydana geldi. Bu, sadece insanları gözlemleme "izin verilmiş" bir oturum değildi, bunu yapmam için teşvik ediliyordum. Uzun saatler boyunca pratik yaparak, birçok insanın dinamiğini inceleyebildim. Bu aslında bir ayrıcalıktı, çünkü normal toplumsal ahlak kuralları bu tür davranışlara izin vermez. Bilirsiniz, kafede ya da otobüste bir yabancı üzerine dikkatinizi yoğunlaştırıp ona bakarsanız ve bir süre sonra gözleri sizinkileri yakalarsa, kesin bir şekilde bakmaktan vazgeçmeniz gerektiğini bilmenizi sağlar. Düşünmek gerek, baktığınızı nereden anladı? Sizi enerji alanı ile hissetmiştir. Peki neden durmanızı söyledi? İnsanlar, görüldükleri zaman çok sinirlenirler. Pek çoğumuz kişisel dinamiklerimizin başkaları tarafından bilinmesini istemeyiz. Biri bize dikkatle bakacak olsa, görebilecek olduklarından dolayı utanırız. Hepimizin sorunları vardır ve bunların en azından bir kısmını saklamaya çalışırız. Bu kısımda, şahsi deneyimlerimizin, buna sorunlarımız da dahildir, auraya nasıl yansıdığını

göreceğiz. Bunu, beden psikoterapisi ve biyo-enerjetik tarafından tanımlanan karakter yapısı ile ilişkilendireceğiz. Fakat önce, psikoterapinin temeli olan çocukluk çağındaki gelişim ile başlayalım.

İnsanın büyümesi ve gelişimi ile ilgili çok çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Erik Erikson, bu süreci yaşlara göre safhalandırmış önemli bir isimdir. Bu safhalar, bizim günlük dilimize yerleşmiş şeyler haline gelmiştir; oral dönem, ergenlik, buluş çağı gibi. Bu çalışmaların hiçbirinde auradan söz edilmez çünkü psikoloji sahasındaki çoğu kişi tarafından bilinmemektedir. Oysa, aurik alan gözlemlendiğinde, kişiliğin gelişmesi ve oturması sürecinde hayli bilgi sağlayabilir. Gelişimin hangi safhasında aurada neler olduğu, o safhadaki psikolojik gelişim ile doğrudan ilgilidir. Aurik açıdan bakıldığında, bu gelişme, aurik alanlarda neler olup bittiğinin doğal sonucu gibi görülmektedir. Şimdi, enerji alanımızın doğumdan ölüme kadar ne gibi bir gelişme gösterdiğine bakalım.

8. Bölüm

İNSAN AURASININ BÜYÜMESİ ve GELİŞMESİ

Doğumdan ölüme kadar insan deneyimine ve bunun ötesine göz atmak için, kaynak olarak psikolojik ve metafizik geleneklerden yararlanacağım. Eğer metafizik sizi rahatsız ediyorsa, bunu mecazi olarak alın.

Enkarnasyon

Enkarnasyon süreci hayat boyunca sürer. Doğumda olan ve biten bir şey değildir. Bunu tanımlamak için de, metafiziksel terimleri kullanmamız gerek. *Enkarnasyon*; yüksek, ince titreşimlerin veya ruhsal niteliklerin sürekli aşağıya doğru ince aurik bedenlerden daha yoğun aurik bedenlere ve sonunda fizik bedene doğru yol aldığı organik can hareketidir. Bu ardışık enerjiler, insanın yaşam boyu süren gelişimi için kullanılır.

Hayatın her temel safhası, yeni ve yüksek titreşimlerle, farklı şakraların aktivasyonuna denk düşer. Her safhada, yeni enerji ve şuur, kişiliğin genişleyebilmesi için erişilebilir hale gelir. Her safha, yeni deneyim ve öğrenme alanlarını temsil eder. Bu bakış açısından bakıldığında yaşam, heyecanlı keşifler ve ruhu mücadele etmeye davet eden olaylarla doludur.

Enkarnasyon süreci, yüce benlik tarafından yönlendirilir. Yaşamın modeli, auranın yedinci katmanında, yani ketherik düzeyde saklanır. Bu, yaşama ve gelişme sürecinde, kişi özgür iradesini kullandıkça sürekli değişen dinamik bir kalıptır. Gelişme sürdükçe, kişi, aurik bedenleri ve şakralarından geçerek gelen daha yüksek titreşim/enerji/shuur düzeylerini sürdürebilme becerisini artırır. Yani insan yaşam yolunda ilerledikçe, kendisini daha büyük gerçekliklere açık hale getirir. Ve her bir birey ilerledikçe, insanlığın bütünü de ilerleyecektir. Her nesil, kendisinden bir önceki nesle göre daha yüksek enerjileri sürdürebilmeye genellikle muktedirdir, böylece insanlı-

ğın bütünü tekamül yolunda daha yüksek titreşimlere ve genişlemiş gerçekliklere doğru ilerleyecektir. İnsan ırkının bu gelişme kuralı, Kabala, Bagavadgita, Upanişadlar gibi pek çok dinsel metinde belirtilmiştir.

Döllenmeden önceki enkarnasyon süreci Madam Blavatsky, daha yakın zamanda Alice Bailey, Phoebe Bendit ve Eva Pierrakos tarafından tartışılmıştır. Pierrakos'a göre, bedenlenme sürecine giren ruh varlığı, yaşamı planlamak için ruhsal rehberleriyle buluşur. Bu buluşmada ruh varlığı ve rehberler, o varlığın ruhsal gelişimini sağlamak için yerine getirilmesi gereken görevleri, hangi karma yüküyle karşılaşmak ve temizlemek ihtiyacını duyduğunu ve deneyimler yoluyla hangi negatif inanç sistemlerini berraklaştırmak için çalışması gerektiğini belirlerler. Bu yaşam görevine, genellikle kişinin vazifesi denir.

Örneğin, kişinin liderlik yönünü geliştirme- si gerekiyor, diyelim. Bu kişi, fiziksel yaşama girdiğinde, kendini liderliğin anahtar konum olduğu koşullar arasında bulacaktır. Koşullar her insan için farklı farklı olacaktır ama odak noktası yine de liderlik olacaktır. Kişi, liderliğin mirasının zengin olduğu bir aileye, örneğin politik liderler ya da büyük şirket yöneticilerinin çıktığı bir aileye doğabilir, öte yandan bir diğeri liderlikle ilgili herhangi bir geçmişi olmayan bir aileye gelebilir, üstelik liderler bu aile tarafından karşı çıkılması veya susturulması gerekli olan kişiler olarak da görülebilir. Bu kişinin görevi, bu meseleyi dengeli ve düzenli bir yolla kabullenmeyi öğrenmektir.

Eva Pierrakos'a göre, bir ruh varlığının ruhsal rehberlerden aldığı ilerki yaşam şartlarıyla ilgili rehberliğin miktarını, onun olgunluk düzeyi belirler. Ebeveynler, gereken çevresel ve fiziksel şartları sağlayacak kişiler olarak seçilirler. Bu seçimler, ruh varlığının görevi için kullanacağı fiziksel aracı biçimlendirecek enerjilerin karışımını

belirler. Bu enerjiler, ruh varlığının görevi için tam olarak gerekeni belirleyecek şekilde kesindirler. Ruh varlığı, hem kişisel öğrenme (örneğimiz gereği "liderlik") ile ilgili olan kişisel görevini hem de dünyaya verilecek bir hediye olarak niteleyebileceğimiz "dünya görevi"ni de üstlenir. Planlama öylesine özgündür ki, kişisel görevi yerine getiren kişi dünya görevini yerine getirmeye hazırlanmış olur. Kişisel görev, daha sonra dünya görevi için kullanılacak enerjileri serbest bırakır.

Yukarıdaki liderlik örneğinde, seçilen alanda ya da işte liderliğe başlamadan önce, kişi gereken yetenekleri veya niteliği öğrenmek ihtiyacını duyacaktır. Kendisinden önce liderlik yapmış parlak kişiliklerden dolayı gözü korkabilir ya da kendi liderlik yoluna koyulmak için onlardan büyük ilham alabilir. Herkesin durumu birbirinden farklıdır ve kişiseldir, bu da öğrenmeye gelmiş ruh varlığının biricikliğinden (eşsizliğinden) kaynaklanmaktadır.

Yaşam planı pek çok olası gerçeklik içerir, bunlar özgür irade için geniş seçenekler sunarlar. Bu yaşam kumaşı, sebep-sonuç yasasıyla dokunmuştur. Kendi gerçekliğimizi buna göre kendimiz yaratırız. Bu, varoluşumuzun çeşitli parçalarından ortaya çıkmaktadır. Yaratma, basit sebep-sonuç ilişkilerinden kolayca anlaşılabilir bir şey değildir, oysa yaşam deneyimlerimizin çoğu bu bakış açısıyla anlaşılabilir. Kelimenin tam anlamıyla, ne isterseniz onu yaratırsınız. İstedığınız şey şuurda, şuurdışında, üst şuurda ve kolektif şuurda tutulur. Tüm bu yaratıcı güçler, yaşam içindeki gelişimimizde varlığımızın çeşitli düzeylerinde deneyimler yaratmak üzere birbirlerine karışırlar. Bana göre, karma terimi varlığımızın farklı düzeylerindeki uzun dönemli sebep-sonuç ilişkisidir. Yani yaratma gücümüzü kişisel ve grupsal kaynaklardan alırız, ayrıca yaratıcı yaşam deneyimi dokumasına katkıda bulunan büyük gruplar içinde daha küçük gruplar da vardır. Bu açıdan bakınca, yaşamın zenginliğine bir çocuğun hayranlığı ile bakmak çok kolaydır.

"Planlama"dan sonra, ruh varlığı, ruhsal dünyaya ait şuurunu yavaşça kaybetmeye başlar. Rahme düşme anında, ruh varlığı ile döllenmiş yumurtanın arasında bir enerjik bağ kurulur. Bu anda, bağlanmakta olan ruh varlığını, anne-

nin tesirlerinin dışındaki tesirlerden koruyacak esiri rahim meydana çıkar. Ceninin bedeni annenin içinde geliştikçe, ruh varlığı giderek bu bedenin "çekişini" hissetmeye ve ona bağlanmaya başlar. Bir nokta gelir ve ruh varlığı birdenbire bu bağlantının farkına varır; biçimlenmekte olan bedenin içine şuurlu enerji güçlü bir biçimde aniden akar. Ruh varlığı sonra tekrar şuurunu yitirir, fiziksel olarak yavaş yavaş uyanır. Bu güçlü şuur flaşının çakışı, rahimde yaşamın başladığının belirginleştiği zaman ile uyum gösterir.

Doğum

Doğum, bedene bağlanmakta olan ruh varlığına özgü bir zamanda meydana gelir. Bu noktada, ruh varlığı koruyucu esiri rahmini kaybeder ve içinde bulunduğu ortamın tesirleriyle ilk kez yüz yüze gelir. Hepimizi çevreleyen enerji denizinde, bu ilk yalnız kalışıdır. Alan ona dokunmuştur. Ruhsal bedenlerin daha güçlü, daha büyük alanları da doğum anında ruh varlığının yeni enerji alanına tesir ederler. Ve elbette enerji denizi de artık bu yeni enerji alanıyla daha da zenginleşir. Sanki, zaten var olan yaşam senfonisine yeni bir nota daha eklenmiştir.

Bebeklik Çağı

Fiziksel dünyaya bu yavaş yavaş uyanma süreci, doğum sonrasında da devam eder. Bu süre zarfında bebek sıklıkla uyur; ruh varlığı, yüksek enerji bedenlerinde bulunmaktadır. Fiziksel ve esiri bedenleri boşa bırakır ve onların daha çok bedeni yapılandırma işiyle meşgul olmasına izin verir.

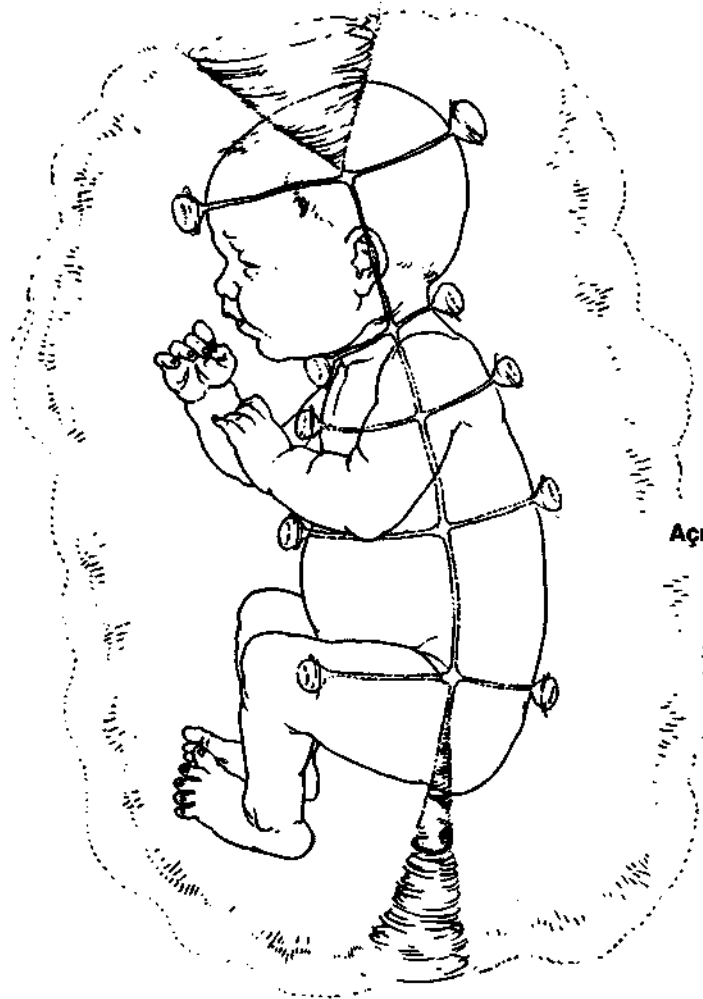
Yaşamın ilk safhalarında, çocuk fiziksel algı-lamanın sınırlamalarına ve üç boyutlu dünyaya alışmaya başlar. Bu süreçle başa çıkmaya çabala-yan pek çok bebeği izledim. Farkındalıklarının bir bölümü hala ruhsal dünyada idi; ruhsal oyun arkadaşları ve ruhsal ebeveynlerini bırakmaya ve sevgi duygularını yeni ebeveynlerine doğru aktarmaya çalışıyorlardı. Gözlediğim yeni doğmuş bebeklerin, taç şakraları çok açıktı (Şekil 8-1). Kendilerini minik bir bebeğin fiziksel duru-

muna uydurmaya, bir anlamda sıkıştırmaya çalışıyorlardı. Fizik bedenlerini terk edip de yüksek bedenlere geçerlerken, birçok kez dört metre boyunda ruh varlıkları olarak görünüyorlardı. Kök şakranın kökünü açmak ve dünyayla bağlantı kurmak için muazzam bir gayret gösteriyorlardı.

Buna bir örnek olarak, beklenenden bir ay sonra doğan bir bebeği verelim. Çok hızlı bir doğum olmuştu ve bebeğin ateşi vardı. Doktorlar beyin iltihabı olup olmadığını anlamak için omurilikten sıvı almak üzere kuyruk sokumu şakrasının bulunduğu yere bir omurga tıkaçı yerleştirip bir delik açtılar. Çocuk, kendisini göndermek istemeyen iki oyun arkadaşı ve bir kadını bırakmaya çalışıyordu. Bu mücadelede, ruhsal rehberi ortaya çıktığı zamanlarda, kökü açıyor ve dünyayla bağlantıya geçiyordu. Derken rehberiyle

bağlantısı kopuyor, oyun arkadaşlarını ve kadını görerek, iki dünya arasında şiddetli biçimde savrulup duruyordu. O kadına, fiziksel annesinden daha fazla yakınlık duymaktaydı. Doğmamak için verdiği bu mücadelede, kuyruk sokumu şakrasından dışarı, sağa doğru enerji vererek kök şakraya (ilk şakra) doğru büyüyen köklerden kaçınmaya çalıştı. Bunu, omurgasına konulan tıkaçtan kalan aurik delik yüzünden kısmen başardı. Bir süre didindikten sonra, tekrar rehberi ile bağlantı kurarak sakinleşiyor, kökü açma ve bedene tam olarak bağlanma sürecine tekrar başlıyordu.

Ona şifa uygulamayı denedim. Önce biraz kabul ettiyse de, sonra reddetti. Ne zaman aurasına enerji vermeye kalktıysam ortalığı birbirine kattı. Ne yapmaya çalıştığımı biliyor ve beni ya-



Açık mavı alan

Şekil 8-1. Bebeğin Normal Aurası

nuna yaklaştırmıyordu. Yapmaya çalıştığım, auranın yedinci katmanındaki kuyruk sokumu şakrasındaki deliği dikmek ve enerjiyi tekrar doğru olarak aşağıya yönlendirmektir. Buna izin vermiyordu. Bunu, bebek uyurken yapmayı bile dene-dim. Daha bir adım uzaklıktayken, uyanıp çığlık çığlığa ağlamaya başladı. Anlaşılan bu çok derin bir çatışmaydı ve bu konuda kesinlikle yardım edilmesini istemiyordu. İkincil fiziksel problemlerden biri de, bağırma ve ağlamalarla ilintili olarak solar plexus şakrasının fazla kullanılmasından doğan bağırsak sorunu-ydu. Nihayet fiziksel dünyada kalmaya karar verikten sonra, bu sorunun halledilmesi için tedavi edildi. Bu çocuğun astrolojik tablosu, onun bir lider olacağını açıkça gösteriyordu.

İşte, bedene bağlanmakta olan ruh varlığı; köklerin fiziksel alanda gelişebilmesi için kök şakrayı açma işini başlatırken, taç şakra yoluyla sık sık bedene girer ya da onu terk eder. Kök şakra, dar bir huni gibidir; taç şakra ise bu aşamada çok geniş bir huni gibi görünür. Diğer şakralar, omurgaya enerji girişini sağlayan ince hatlı, küçük kahve fincanları gibi görünürler, diyebiliriz (Şekil 8-1). Bir bebeğin genel alanı şekilsiz, form-suz, mavimsi ya da grimsi bir renktedir.

Bebek, dikkatini fiziksel plandaki bir objeye yönelttiğinde, aura yoğunlaşır ve parlaklaşır, özellikle de baş çevresinde. Dikkati dağıldığında auranın rengi de solar, ancak bebek bazı deneyimleri renk formu halinde aurada tutar ve bırakmaz. Her deneyim, auraya küçük bir renk ekler ve onun bireyselliğini geliştirir. Böylece, aurayı inşa etme işi hayat boyunca devam eder ve bir kişinin yaşam deneyimleri aurasında bulunabilir hale gelir.

Doğumdan sonra da anne ve çocuk arasında güçlü bir enerji bağlantısı vardır. Bu bağlantı genellikle, tohum plazması (tohumda bulunan kalıtsal özellikleri nakleden madde) diye adlandırılmaktadır. Doğumda, anne ve çocuk arasındaki bu bağ çok güçlüdür ve çocuk büyüdükçe, aynı şiddette olmamakla beraber, devam eder. Bu psikik göbek bağı, çocuğun ebeveynleri ile bağını sürdürdüğü yıllar boyunca kalır. Birçok kez, fiziksel anlamda aralarında büyük mesafeler olsa dahi, birinin başına kötü bir şey geldiğinde bir

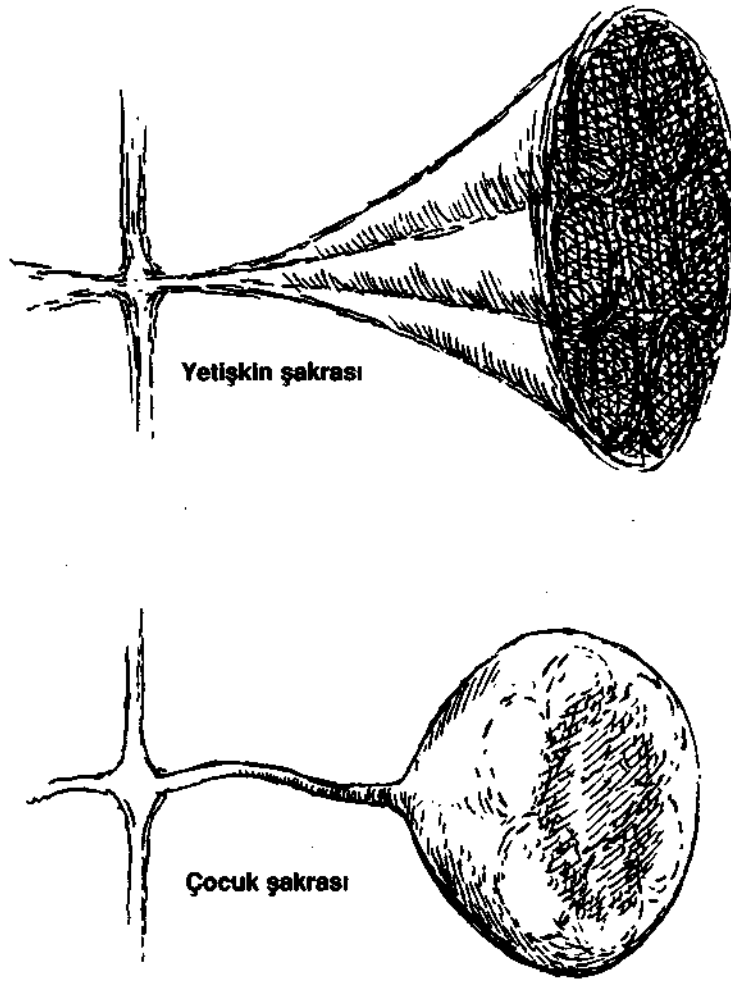
diğeri bunu hissedebilir.

Çocuğun alanı tamamen açıktır ve içinde yaşadığı atmosferden kolaylıkla incinebilir. Çocuk, ebeveynleri arasında olup bitenleri "açıkça söylenmese de" kolayca hissedebilir. Çocuk, etrafındaki enerji ortamına ruh haliyle tutarlı biçimde daima tepkiler gösterir. Korkuları, düşleri, hastalıkları ya da geçirdiği sinir krizleri olabilir. Çocuğun şakraları, onları dışarıdan giren psikik tesirlerden koruyan ince bir tabaka olmadığından, ardına kadar açıktır. Bu da çocuğu kolay etkilenir ve incinir hale getirir. Yani şakralar bir yetişkininki gibi gelişmemiş ve enerjinin onlar aracılığıyla gelişti oldukça belirsiz bir biçimde deneyimlenmişse de, yine de enerji doğrudan çocuğun alanına girer ve çocuk bununla bir şekilde baş etmek zorundadır. (Şekil 8-2'de yetişkin ve bebeklerin şakralarını karşılaştırabilirsiniz.)

Yedi yaşlarındayken, şakraların açık ağızları üstünde evrensel enerji alanından gelen tesirlerin büyük bölümünü süzen koruyucu bir tabaka gelişir. Yani çocuk, eskiden olduğu kadar incinebilir değildir artık. Bu safha, çocuğun büyüdüğü ve bireyselleştiğinin de bir göstergesidir. Artık mantığın doğmasının zamanı yakındır.

Küçük bir çocuğun annesinin ya da babasının kucağına nasıl yerleştiğine bakın. Dış tesirlerden, ebeveyninin alanı yardımıyla korunur. Çocuğun bu incinebilirliği nedeniyle, bu yaştaki çocuklarla yetişkinlerin birarada terapiye katılmalarını doğru bulmuyorum. Yetişkinlerin, çocukların bu incinebilirlikleri hakkında, o incinebilirlik safhasına geri götürülmedikleri takdirde, fazla fikirleri yoktur. Bazı ebeveynlerin, çocuklarını bu şekilde karışık grup terapilerine sokarak zorlanmalarına ve gereksiz psikik şoklara girmelerine neden olduklarını gördüm. Yetişkinlerin öfkesi, çocuğun sistemine fiziksel bir şok gibi çarpar ve depresyon bir sis gibi çevrelerini sarar.

Ayrıca, ağızdan beslemenin yanı sıra emzirmenin de çocuğa esiri enerji verdiğini belirtmeliyim. Her göğüs ucu, bebeğe enerji sağlayan küçük birer şakraya sahiptir. Unutmayın ki, bebeğin şakraları henüz gelişmemiştir ve hayatı sürdürebilmesi için gerekli enerjileri evrensel enerji alanından alıp metabolize edememektedir.



Şekil 8-2. Yetişkin ve Bebeklerde Şakra

Çocukluk Çağının İlk Dönemi

Çocuk büyüyüp ikinci şakra geliştikçe, çocuğun duygusal hayatı da zenginleşmeye başlar. İçinde yaşayacağı bir fantezi dünyası oluşturur, kendisini annesinden ayrı bir kişi olarak hissetmeye başlar ve bu hayal dünyası bu ayrımın yaratılmasına yardım eder. Bu fantezi dünyalarında, çocuğun sahiplendiği şeyler vardır. Bir amipin kolları gibi esiri vücudundan dışarıya, bu nesnelerin çevresine doğru uzantılar çıkartır. Hakkında fantezi kurduğu nesne ne kadar önemli ise, kendi alanından daha fazla enerji çıkartarak o nesneyi çevreler. Nesne, benliğin bir parçası haline gelir. Eğer bu nesne çocuğun elinden alınırsa, alan yırtılır ve çocuk, fiziksel ve duygusal olarak acı çek-

meye başlar.

İki yaşının başlarında, çocuk, ebeveynlerini kendisine aitmiş gibi görmeye başlar, "ben, benim babam, benim annem vs". Kırmızı-turuncu ve kırmızı-pembe renkler, aurada iyice görülür hale gelmiştir. Çocuk, bir diğeriyle ilişki kurmayı, sevmenin temel bir çeşidini öğrenmektedir. Çocuğun alanı, ikisini hala bağlayan esiri göbek bağına rağmen anneninkinden ayrılabilir. Böylece ayrılma ve bağımsız kimlik süreci başlar. Çocuk kendi fantezi mekanını oluşturmuş ve bunun içinde yaşamaktadır ama yine de annesi ile esiri göbek bağı yoluyla bağlıdır. Ardına dönüp baktığında, annesinin çok uzakta olmadığını görebilmektedir. Durugörüyle bakıldığında bu mekan, çoğunlukla mavi ya da esiri düzeyde-

ki enerjiden oluşmuş olarak görülmektedir. Bu mekan, çocuğun tek başına oyun oynamayı yeğlediği bir mekandır, bir oyun arkadaşının girmesine izin verse bile bu mekanda fazla rahatsızlık yaratmaması için dikkatle gözler. Çocuğun ego-su henüz kendisi ile başkaları arasındaki ayrılığı netleştirecek şekilde gelişmemiştir. Kendine özgü oluşunu keşfetmeye çabalar ama yine de çevresindeki her şeye bağlı olduğunu hissetmektedir. Kişisel nesneler, bireyselliğini tanımlama yolları haline gelir. Kişisel enerji mekanı, bu tanımlamaya yardım eder. Bu yüzden, eğer beş ile yedi yaş arası bir çocuğun odasına bir başka çocuk gelirse, çocuk ben imgesini koruma ile bu yeni kişi ile iletişime geçme isteği arasında bir çekişme yaşamaya başlar. Böylece, kendini tanımlamasına yardım eden ve çevrelerine kendi enerjisini yerleştirdiği kişisel nesneleri kontrol etme kavgasına girer. Bu kavgaya, kendi bireyselliğini tanımak ve korumak ama yine de farklı bir "birey"e bağlantı hissetme çelişkisinden doğan bir kavgadır.

Yedi yaş civarlarında, çocuk bu mekana bolca altın renkli enerji dokumaya başlar. Böylece bu mekan daha özgür, daha geniş, anneden daha bağımsız ve ziyaretçilere daha açık hale gelmeye başlar. Benliği ile ilgili duyumu daha da arttırdıktan, kendisi ile başkaları arasındaki benzerlikleri görebilmeye başlamıştır. Bir "başkası"nın kendi özel alanına girip kendini daha fazla ifade edebilmesine izin verebilmektedir artık. Bir ziyaretçinin, kendi özel mekanı içinde her türden enerji biçimlerini yaratmasına izin verir. Bu da işleri daha "eğlenceli" ve "canlı" yapmakta, çocuğun fantezi dünyasını geliştirmektedir. Çocuk, arkadaş gruplarına eğilim göstermeye başlar. Tüm bunları mümkün kılan şeylerden biri de, artık tüm şakraların üstünde, çocuğun çevresindeki alandan gelen enerjetik tesirlerin birçoğunu eleyen koruyucu bir tabakanın olmasıdır. Çocuk kendini daha "güvende" hisseder çünkü aurik bedenleri içinde gerçekten de güvendedir.

Egzersiz: Psişik Mekanları Duyumsamak

Yetişkinler de kendi mekanlarına enerjiler aşırlar. Bu psişik alanlar, kişinin içinde yaşarken ken-

dini rahat hissettiği ve benliğini bulduğu alanlardır. Bir insanın yarattığı psişik mekanı hissetmeye çalışın. Kendiniz ve mekanın sahibi hakkında çok şey öğreneceksiniz. Düzenli biçimde uğradığınız mekanlara uyumlanmayı deneyerek başlayın. Arkadaşınızın odasına girin. Ne hissediyorsunuz? Hoşlandınız mı? Kalmak mı, yoksa terk etmek mi istiyorsunuz?

Eğer çocuklarınız varsa, onların odalarına gidin. Her odadaki enerjinin farkını hissedin. Çocuğunuzla nasıl uyuyor? Onun hangi yanını ifade ediyor? Odanın rengi ona uygun mu, yoksa onun mekanına sizin dayatmış olduğunuz bir renk mi bu? Bunu düşünün.

Gittiğiniz değişik mağazalarda yapmayı deneyin bunu. Bazı mağazalarda oradan yayılan enerji yüzünden uzun süre kalmamanın imkansız olduğunu çok gördüm.

Şimdi de nesnelerle küçük bir deney yapalım. Küçük bir insan grubunun (haklarında pek bir şey bilmediğiniz insanlar olursa daha iyidir) kişisel eşyalarını ortaya koyun ve sizi çeken bir tanesini elinize alın. Tutun. Ne hissettiriyor? Ağır, ılık, arkadaşça, düşmanca, üzgün, mutlu, güvenli, tehlikeli, sağlıklı, hasta? Herhangi bir imge yakalıyor musunuz? Kendinize onlarla uyumlanmak için biraz zaman verin. Nesnenin sahibi ile bu imgeleri karşılaştırın. Yakalayabildiğiniz şeylerin bazılarının doğru olduğundan eminim. Tekrar deneyin, giderek daha iyi yapacaksınız.

Saklı Gelişim

Yedi yaş ile ergenlik arasında, üçüncü şakranın gelişimiyle beraber, çocuk daha ziyade zihinsel becerilerinde gelişmenin meydana geldiği bir saklı gelişim dönemine girer. Bu sırada auraya, zihinsel renk olan sarı da eklenir. Bu şakra, zihinsel enerjilere açılıyor ve çocuk okula gidiyor olsa da, zihinsel enerjiler daha çok çocuğun fantezi dünyasının gelişmesi için kullanılır. Artık, insanlığın çok uzun zaman inceden beri süren gelişimiyle ilgili teleolojik (doğada belirli bir düzen olduğunu öne süren öğretilere ait) dürtüler ve bağlantılar gündeme gelir. Çocuk bir kızılderili şefi, bir prenses olur. Bunlar, ruh varlığının özlemini

açığa vuran ve büyük olasılıkla dünya görevi ile ilgili derin idealist dürtülerdir aslında. Bu arşetip biçimler ve formlarda bulunan bireyin derin ruhsal özlemleri, hedefleri ve amaçları, arka bahçede ya da okul bahçesindeki oyunlardaki nitelikler olarak ifade edilir. Artık, ruh varlığının enkar-nasyonun ilk safhasını ifade etmek üzere ilk üç merkez birlikte çalışmaktadır: dünya planının fiziksel, duygusal (heyecansal) ve zihinsel merkezleri.

Ergenlik

Ergenlikteki mücadele, büyümenin diğer safhalarında olduğu gibi, kendini bulmak ve arzular, reddetmeler, duygusal değişimlerden oluşan tüm o kargaşa süresince kendi benine sadık kalabilmektir.

Çocuk, ergenliğe adım attığında, bedeni ve onu çevreleyen enerji alanı boyunca önemli değişiklikler meydana gelmeye başlar. Auraya ve kişisel mekana daha çok yeşil renk eklenir. Bu mekan, arkadaşlardan gelen "titreşimler" ile aşılanır. Kalp şakrası, yeni his düzeylerine açıldıkça, psişenin derinliklerinden eros ve aşk doğar, alan o güzel gül pembesi renk ile dolar. Hipofiz bezi (üçüncü göz şakrası) aktif hale gelir ve beden yetişkin formu almaya başlar. Tüm şakralar bu değişimlerden etkilenir. Bu yeni, daha yüksek titreşimler birey tarafından bazen heyecanla kucaklanır, bazen de nefretle karşılanır çünkü beraberlerinde yeni özlemler ve bireyin henüz deneyimmediği yeni incinebilirlikler getirir. Zaman zaman, tüm alan olumsuz etkilenir ve şakraların dengesi kaybolur; diğer zamanlarda bir denge ve ahenk mevcuttur. Böylece birey, duygusal gerçekliğin büyük değişikliklerinin içinden geçer ve davranışları da bu çatışmayı yansıtır. Bir an çocuktur, bir an yetişkin.

Artık birey, tüm gelişme safhalarını tekrar geçirmektedir, ama farklı bir şekilde. İlk üç merkez, benliği evrenin merkezine koymuştu. Benim, benim arkadaşlarım, benim annem, benim babam vs. vardı. Artık bir "ben-sen" ilişkisi söz konusudur. "Ben" tek başına var olmaz ve "ben" in huzuru ise, "ben olmayan" a uygun ayarlamalar yapmasına bağlıdır. Bunun sebebi

kısmen, kişinin artık ebeveynlerine ve oyuncaklarına olduğu gibi sevgi nesnelerine "sahip" olmamasıdır. Artık kişinin esenliği, sevdiği kişiyi, onu sevdiğine "ikna" etmesine bağlıdır. Bu da, psişeyi kim olduğu ve (karşısındakinin onun şöyle olmasını istediğini sanmasına göre) kim olması gerektiği konusunda bir çatışmaya sürükler. Bu durum, ebeveynler ile zaten olmaktaydı, fakat artık daha yüzeye çıkmıştır, çünkü sevilen kişi, her an bir başkasını sevmeyi seçebilir ve bunu sıklıkla açık açık yapar.

Yetişkinlik

Ergenliğin sona ermesiyle, birey tarafından kulanılan tüm şakralar ve enerji kalıpları değişir, yerine oturur. Artık tüm şakralar yetişkin formundadır. Bu noktada birey yerleşik hale geçmeye ve daha fazla değişiklik yapmamaya gayret edebilir. Bazı insanlar, bunu sağlayarak yaşamlarına güvenlik, oturmuşluk, açıkça anlaşılır ve sınırlanmış bir gerçeklik getirirler. Yaşam deneyimleriyle sarsılmış olan çoğu insan ise gerçekliği böyle kolayca tanımlayamaz ve kendini gerçekleştirmeye yönelik daha derin deneyimlerle devamlı mücadeleye sevk eden bir anlam arayışını yaşam boyu sürdürür.

Olgunluğa geçerken, "ben-sen" ilişkisi, kendi enerji formunu yaratan kişisel aile üzerinde yoğunlaşır. Boğaz şakrası yoluyla akan daha fazla enerji, bu kişisel verme-alma ilişkisine yardımcı olur. Zaman geçtikçe, "ben-sen" ilişkisi, bireyi ve grubu içine alacak şekilde genişler. Kalp, sadece çocukları ve eşi değil, tüm insanlığı sevecek şekilde açılır. Aurada görülen renk, hoş bir lila-dır. Derken ben, diğeri ve grup şuuru arasında bir bütünlük kurulur. Üçüncü göz daha yüksek titreşimlere açıldıkça, kişi her şeyin arasındaki birliği kavrar ve her bireysel ruhun bu birlikte özgün bir değeri olduğunu anlar.

Olgunluk

Kişi yaşlanıp ölüme yaklaştığında, enerji bedenlerine daha yüksek titreşimler eklenmeye devam eder. Varlığının ruhsal dünya ile yakınlığı artıkça

varlıklarında dolaşan beyaz ışıkla, saçlar beyaza dönüşür. Artık "ben-sen" ilişkisine, Tanrı ile kurulan çok derin kişisel bir ilişki de eklenmiştir. Aşağı şakralar tarafından metabolize edilen düşük dünyasal enerji, yerini yavaş yavaş, fiziksellikten ziyade daha çok ruhsallıkla ilgili olan daha yüksek bir enerjiye bırakmaktadır. Kişi, ruhsal alemdeki yuvasına dönmeye hazırlanmaktadır. Bu doğal süreçler anlaşıldığı ve psişe içinden açığa çıkmasına izin verildiğinde, bireyin kişisel hayatı daha büyük bir huzur ve sevgi dolar. Yaşam boyunca süren bu gelişmeden elde edilenler yerlerine oturmaya başlar. Özellikle solar plexus şakrası daha uyumlu hale gelir. Kavrayışın derinliği, fiziksel güçteki azalmaya rağmen, kişiyi daha derin bir ilgi ve deneyim zenginliğine sürükler. Ne yazık ki, günümüz kültüründe yaşlılara, aile büyüklerinin bilgeliğinin el üstünde tutulduğu eski kültürlerdeki gibi saygı duyulmuyor artık; bu kültürlerde büyükanneler ve büyükbabalar, topluluk için karar verme güçlerini koruyabiliyorlardı.

Ölüm

Phoebe Bendit'e göre, kişi ölürken taç şakrası yoluyla fizik planı terk ederken, başının üstünden parlak bir ışık ortaya çıkmaktadır. Bu taç şakrasından dışarı çıkma deneyimi, yaşam ile ölüm arasında bir tünelden geçmek olarak değerlendiriliyor. Sonunda parlak bir ışık olan uzun, karanlık bir tünel olarak görülüyor. Bu "tünel deneyimi", ruh varlığının omurga boyunca hareket eden ana güç akımını izlemesi ve taç şakradan parlak bir ışıkla bedeni terk etmesi olarak da tanımlanabilir.

Ölümde, ruh varlığı ölmüş olan eski arkadaşları ve ruhsal rehberleri tarafından karşılanır. Bu anda, ruh varlığı, hayatının bir film şeridi gibi hızlı bir şekilde, hangi kararlar ile hangi derslerin alındığı ve bir sonraki bedenlenme için hangilerinin kaldığı konusunda bir hataya yer vermeyecek biçimde izler. Bunun ardından bir görevin tamamlanmasının kutlandığı bir süre geçer ve bir sonraki bedenlenme sürecine koyulmadan önce ruhsal alemde yapılması gerekenler yapılır.

Uzun süren bir hastalıktan sonra ölen insan-

ların, ölümden sonra bir süre beyaz ve huzurlu bir ışıkla sarmalandığını gördüm. Sanki ötealemden bir tür hastahane tedaviye alınmış gibiydiler.

Ölümlerinden birkaç gün önce iki insanı gözledim. İkisi de uzun süredir kanser hastalığından mustarıptı. İlk üç beden parçalanmaktaydı ve yanardöner bulutlu kürecikler halinde bedenden kopuyorlardı. Bu da, kişiye parıltılı beyaz bir görünüş veriyordu. İlk üç şakra da, solar plexustan çıkan uzun enerji iplikleriyle parçalanmaktaydı. Üstteki dört şakra ise, sanki büyük delikler gibi ardına dek açıktı. Üzerlerinde artık koruyucu tabaka yoktu. Ötealeme geçiş yapmakta olan kişiler çoğu zamanlarını bedenden dışarıda ve uzakta geçiriyorlardı. Anlaşılan ruhsal rehberleriyle bir yerlere gitmişlerdi. İnsanlar bedenlerindeyken, odada pek çok ruh varlığı da dolaşıyordu. Bir keresinde, geçidin kapısında bekleyen ve ölüm meleği diye tanımlayabileceğim bir varlık gördüm; kişi derin bir acı içindeyken, neden hemen ölmesini sağlamadığını sordum. Henüz emir almadığını söyledi. (Ölüm meleği diyorum ama bu varlık bana çok güçlü ve güzel göründü; bazı kaynaklarda belirtildiği gibi korkunç değildi.)

Heyoan'ın Ölüm Hakkında Aktardıkları

Rehber varlığım ölüm süreci hakkında birçok şey öğretti; burada ondan alıntılar yapmak istiyorum. Dediği ilk şey, ölümü tam olarak anlamadığımız, ama bir şuur düzeyinden diğerine bir geçiş olduğudur. Heyoan, kim olduğumuzu unuttuğumuzda zaten ölmüşüz demektir, diyor. Unuttuğumuz parçalar gerçeklikten ayrılmıştır ve bizler, onları geri kazanmak için bedenleniriz. Demek ki ölümden korkmamıza rağmen, zaten ölmüşüzdür ve yüce benliğimizle yeniden bütünleşme süreci olan enkarnasyon sürecinde, aslında daha çok hayat buluruz. Heyoan, ölen tek şey ölümdür, der.

Yaşamımız boyunca, unutmayı umduğumuz deneyimlerin çevresine duvarlar öreriiz. Bunu öyle iyi beceririz ki, pek çoğunu gerçekten hatırlayamayız. Bu uzaklaştırma işlemine çocuklukta başlar ve sonra da yaşam boyu devam ede-

riz. Bu izole edilmiş parçalar, aurik sahamızda bloklar olarak ortaya çıkarlar, psikodinamikler kısmında buna daha detaylı olarak değinilecektir. Heyoan, gerçek ölüm bu iç duvar biçiminde zaten çoktan meydana gelmiştir, der.

"Bildığınız gibi, sizi herhangi bir şeyden ayıran tek şey, kendinizsiniz. Ölüm, unuttuğunuz ve çevresine duvar ördüğünüz bu parçalarda zaten gerçekleşmiştir. Bu, bizim bakış açımıza göre, insanoğlunun ölümden anladığını belirtirken kullanacağımız en açık tanımlamadır. Ölüm, izole ve ayrılmış olmaktır. Ölüm, unutmaktır. Kim olduğunuzu, ölümün ne olduğunu unutmak, ölümdür. Zaten ölmüşsünüz. Bu unutulmuş, ölmüş parçaları tekrar hayata getirmek için doğdunuz. Bazı parçalar zaten ölmüştü."

"Ölüm süreci, bizler buna daha yüksek bir farkındalığa geçiş deriz, enerjik alanda gerçekleşen bir işlem olarak görülebilir. Bunu, daha iyi anlamamız için aurik bakış açısıyla ele alalım. Şakraların tümünün açılması, alanın temizlenmesi söz konusudur. Öldüğünüzde, başka bir boyuta geçiyorsunuz. Aşağı üç şakrada çözümler oluyor, çözümler dediğimize dikkat ediniz. Ölen insanları gözlerseniz, ellerinde, yüzlerinde, derilerinde sanki sedef gibi yanardöner bir özellik görürsünüz. Bu, kişinin ölmekte olduğunu gösterir ve onu çevreleyen güzel opal bulutlar uçurlar. Bunlar, fizik bedeni birarada tutan düşük enerji bedenleridir. Ayrışmaktadırlar. Ayrışır ve şakralar açılır ve enerji kordonları ortaya çıkar. Üst şakralar, diğer boyutlara açılan büyük delikler halini alırlar. Bu, enerji alanlarının ayrılmaya başladığı ölümün başlangıç safhasıdır. Enerji alanının aşağı kısımları, yukarı kısımlardan ayrılır. Ve derken yaklaşık üç saat boyunca, beden yıkanır, adeta vaftiz edilir, ana dikey güç akımı boyunca fiskeye gibi enerji fışkırmasıyla bir ruhsal temizlenme gerçekleşir. Altın rengi ışığın saçıldığı bu fışkırmayla, tüm bloklar temizlenir. Ve aura beyaz altın rengi gibi olur. Anıların ölmesi açısından birey nasıl bir deneyim yaşar? Bunu zaten duydunuz. Kişi, tüm yaşamının bu ışıklar tarafından yıkandığını görür. İşte, bu kadar. Auranın yıkanmasına eşlik eden bir enerji alanı fenomeni vardır. Tüm bloklar yok olur. Yaşam süresince unutilan tüm deneyimlerin önü

açılır. Hepsi şuura akarlar. O yaşam süresinin tüm tarihi şuardan akar ve kişi ayrıldığı zaman şuur da ayrılır. Bu, o belirli yaşam süresinin dönüşümü sürecinde oluşan duvarların çözülmesidir. Önemli bir bütünlüştür."

"İçinizdeki unutulmuşlukların duvarları kalktığında, gerçekten kim olduğunuzu hatırlarsınız. Yüce benliğinizle bütün hale gelir, onun hafifliğini ve enginliğini hissedersiniz. Böylece ölüm, yaygın kanının aksine, çok harika bir deneyim olur. Klinik olarak ölü ilan edilen ve yaşama dönen kişilerle ilgili şeyler okumuşsunuzdur. Hepsi de sonunda parlak bir ışık olan uzun tünelden bahsederler. Tünelin sonunda onları bekleyen harika bir varlıkla karşılaştıklarından söz ederler. Çoğu o varlıkla birlikte yaşama yeniden bir bakar ve o yaşamı tartışır. Çoğu gitmekte oldukları yer çok güzel olsa da, öğrenmedikleri şeyler kaldığı için fiziksel dünyaya geri dönmeye karar verdiklerini açıklamıştır. Çoğu artık ölümden korkmamakta, onu huzura giden bir yolculuk olarak görmektedir."

"Sizi şu hakikatten ayıran, yine sizin duvarınızdır. Ölüm dediğiniz şey, ışığa dönüşümdür. Yaşayacağınızı hayal ettiğiniz ölüm deneyimi, duvarınızın içindedir. Kendinizi herhangi bir biçimde her ayırışınızda, azıcık ölürsünüz. O harikulade yaşam gücünün akışını engellediğiniz her an, küçük bir ölüm yaratırsınız. Demek ki, varlığınızın bu ayrılmış parçalarını hatırlar ve onları kendinizle yeniden bütünleştirirken, zaten ölmüşsünüzdür. Bu şekilde hayata geri gelirsiniz. Farkındalığınızı genişlettiğinizde, fiziksel gerçeklik ile ruhsal gerçeklik arasındaki duvar çözünür. Ölüm çözünür, ileriye doğru harekete geçmeye hazır olmanız, duvar sanrısının ortadan kalkmasından başka bir şey değildir. Ve kim olduğunuz, daha büyük bir gerçeklik halinde yeniden tanımlanır. Hala kendi bireysel beninizdir; bedeniniz yok olsa bile, öz beniniz varlığını sürdürür. 'Şifacının Gelişimi' başlıklı bölümde anlatılan (Kendi Kendine Şifa) gelecek/geçmiş meditasyonlarında öz beni hissedebilirsiniz. Fizik bedeniniz ölür ama siz bir başka gerçeklik planına ilerlersiniz. Bu özü; bedenin ötesinde de, enkarnasyonun ötesinde de sürdürürsünüz. Bedeninizi terk ettiğinizde, kendinizi altın rengi bir ışık

noktası olarak hissedersiniz, ama kendinizi yine de hissetmeye devam edersiniz."

Hatırlayalım:

1. Ruh varlığı bir bedene ne zaman girer?
2. İEA ile ilgili olarak, doğum anının önemi nedir?
3. Küçük bir çocuk ile bir yetişkinin şakraları arasında ne gibi iki ana fark vardır?
4. Auranın çocukluk dönemi gelişimindeki görevi nedir?
5. Aura ile ilgili olarak, çocuğun ellerinden kavradığı şeyi alırsanız neden çılgın atar?
6. Neden bir çocuk bir yetişkinin aurasının için-

de oturmaktan hoşlanır?

7. Şu gelişme safhalarında aura hangi temel gelişimleri gösterir: doğumdan önce, doğumda, bebeklikte, çocukluk döneminin ilk safhalarında, saklı gelişimde, ergenlikte, olgunlukta, orta yaşta, yaşlılıkta, ölümden?
8. Enkarnasyon süreci hangi yaşta tamamlanır?
9. YDA gözlemcileri tarafından tanık olunan ölüm deneyimlerini anlatın.

Üstünde Düşünelim:

10. İEA ile bir kişinin kişisel mekanının ilişkisini karşılaştırın.
11. Kişisel sınırlar ile İEA'nın ilişkisini anlatın.

9. Bölüm

YEDİ ANA ŞAKRANIN PSİKOLOJİK İŞLEVLERİ

İnsan olgunlaştıkça ve şakraları geliştikçe, kişinin hayatında etkisi olan psikolojik işlevleri de buna bağlı olarak ortaya çıkar. Pek çoğumuz, hoşlanmadığımız şeylere, hislerimizi engelleyerek ve doğal enerji akışımızı durdurarak tepki veririz. Bu durum, şakraların gelişimini etkiler, dengelenmiş psikolojik işlevin kesilmesine neden olur. Örneğin, bir çocuk bir başkasına sevgi vermeyi denerken defalarca reddedildiyse, o da muhtemelen sevgisini sunmayı kesecektir. Bunu yapmak için tepki ile cevap verdiği içsel sevgi hislerini durdurmayı deneyecektir. Bunun için de, kalp şakrasındaki enerji akışını kesmesi gerekir. Bu akış durduğu ya da yavaşladığı zaman, kalp şakrasının gelişimi de etkilenmiş olur. En sonunda, fiziksel bir problemin ortaya çıkması muhtemeldir.

Bu süreç, tüm şakralar için geçerlidir. Kişi, deneyimlediği şeyi engellediğinde, şakralarını da engellemiş olur, bu da bozulma ile sonuçlanır. Şakralar "bloke" edilmiş olur, durgun enerji ile tıkanır, düzensizce ya da geriye (saat yönünün tersinde) döner ve hatta bir hastalık halinde, ciddi bir şekilde bozunur ya da yırtılır.

Şakralar normal biçimde işlevlerini yaparken, her biri "açık" olacaktır; saat yönünde dönecek evrensel alandan gerekli enerjileri metabolize edecektir. Saat yönünde dönüş, EEA'ndan şakra için gerekli enerjiyi çeker, tıpkı elektromanyetizmdaki baş kural gibi: Bir telin etrafındaki manyetik alanda yapılacak değişme, o telde akıma neden olur. Teli sağ elinizle kavrarsanız, işaret parmağınız pozitif manyetik kutup tarafını gösterir. Başparmağınız da otomatik olarak indüksiyon akımını gösterir. Aynı şey şakralar için de geçerlidir. Sağ elinizi şakranın üzerinde, parmaklarınız şakranın dış kenarında saat yönünde kıvrılacak şekilde kaldırırsanız, başparmağınız bedene dönük olur ve "akım" yönünü gösterir. Şakra, gelen enerjiye "açık" demektir. Tam tersi-

ne, eğer sağ elinizin parmaklarını saat yönünün tersine çevirirseniz, başparmağınız dış tarafı gösterir, yani akım yönünü. Şakra saat yönünün tersine dönüyorsa, akım bedenden dışarı doğrudur, yani metabolizmaya müdahale eder. Bir başka deyişle, gereken ve psikolojik deneyim olarak edindiğimiz enerjiler şakraya doğru akmamaktadır. O zaman da şakra gelen enerjilere "kapalı" demektir.

Gözlediğim pek çok insanın üç ya da dört şakrası saat yönünün tersine hareket gösteriyordu. Bunlar genellikle terapiyle gittikçe daha çok açık hale gelirler. Şakralar enerjiyi metabolize etmekle kalmayıp aynı zamanda enerjiyi duyumsayan araçlar da oldukları için çevremizdeki dünya hakkında bize çok şey söylerler. Eğer şakraları "kapalı" hale getirirsek, bu bilgiyi de içeri alamayız. *Dolayısıyla, şakralarımızın saat yönünün tersine hareket etmesine sebep olduğumuzda, enerji-mizi dışarı dünyaya gönderir, gönderdiğimiz enerjinin ne olduğunu duyumsar ve dünyanın öyle olduğunu söyleriz. Bu da psikolojide yansıtma diye açıklanan haldir.*

Dünyamıza yansıttığımız hayali gerçeklik; çocukluğumuzda, çocukluk deneyimlerimiz ve o sıralar olmuş olduğumuz çocuğun zihninin çıkarımıyla belirlenen dünya "imajına" uygundur. Her şakra bir psikolojik işlev ile ilintili olduğundan, bu şakralar ile yansıttıklarımız da o şakranın işlev gördüğü genel bölgenin içinde yer alacaktır ve hepsi de her bir kişinin yaşam deneyimleri eşsiz olduğundan her birimiz için kişisel olacaktır. Demek ki, şakraların durumunu ölçerek, kişinin uzun vadede genel ya da o andaki hayat olaylarını öğrenebiliriz.

John Pierrakos ile beraber, her şakranın işlevsel bozukluklarını psikolojik rahatsızlıklarla ilişkilendirdik. Şakradaki herhangi bir bozukluk, ki bu radyestezi tekniği ile ölçülebilmektedir, ilgili her psikolojik alanda da bozukluğa işaret

ediyor ("Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" başlıklı bölümde radyestezi tekniğinden bahsedilmektedir). Yani şakraların durumunu ölçerek, hastanın psikolojik ihtiyaçlarını teşhis edebiliyoruz. Psikolojik değişim için şakralara doğrudan müdahale de edebiliyoruz. Aynı şekilde, terapistler tarafından açıklanan psikolojik örnekler de, insan enerji alanının tahmin edilen yerleri, şekilleri ve renkleri ile ilişki gösteriyor.

Şekil 7-3'te gösterilen şakraların yedi ana enerji merkezi, psikolojik halleri teşhis etmede kullanılıyor. Bunlar zihinsel, duygusal ve irade merkezleri diye bölünmüştür. Psikolojik sağlık için, her üç tip şakra, yani akıl, irade ve duygular birbiriyle dengede ve açık olmalıdır. Baş ve boynundaki üç şakra zihin ile, bedeninin ön tarafındaki şakralar duygular ile, sırttaki karşılıkları ise irade ile ilgili görev yapmaktadır. Şekil 9-1, ana şakralar ve psikolojik işlevleriyle ilgili bilgi vermektedir.

Şimdi gelin, her şakranın psikolojik işlevinin genel alanına bir göz atalım. İlk şakra, yani pöç (koksiks) merkezi (1), fiziksel enerji miktarı ve fiziksel gerçeklikte yaşamak için gerekli irade ile ilgilidir. Yeri, fiziksel dünyadaki yaşam gücünün ilk tezahür ettiği yerdir. Yaşam gücü bu merkezde sağlıklı olarak işlediğinde kişi, fiziksel gerçeklikte yaşamak için güçlü bir iradeyi ve isteği kendinde bulur. Yaşam gücü aşağıdaki üç şakrada bacaklara doğru güçlü bir akış ile tam olarak işlev gösterdiğinde, temiz ve dolaysız bir fiziksel yeterlilik ortaya çıkıyor. Pöç, esiri düzeyde enerji pompası olarak iş görür ve enerji akışının omurgadan yukarı doğru yönleneşine destek olur.

Yaşam iradesi ile bütünleşen bu fiziksel yeterlilik hali, kişiye güç ve canlılık "mevcudiyeti" sağlar. Adeta "Şimdi buradayım," demektir ve fiziksel gerçekliğe sıkıca bağlıdır. Güç ve canlılık "mevcudiyeti", ondan yaşam enerjisi halinde yayılmaktadır. Genellikle etrafındakileri enerjilendiren bir üreteç görevi görür, onların enerji sistemlerini yeniden doldurur. Yaşamak için güçlü bir iradeye sahiptir.

Pöç merkezi kapandığında ya da bloke edildiğinde, fiziksel canlılığı sağlayan şeyler de engellenmiş olur ve kişi fiziksel dünyada var olma isteğini yitirir. O artık "burada" değildir. Fiziksel

aktiviteden kaçır, enerjisi düşüktür ve kendini "hasta" hisseder. Fizik gücünü yitirmiştir.

Kasık (püvik) merkezi (şakra 2A) kişinin karşı cinse duyabildiği sevginin niteliğiyle ilişkilidir. Açık olduğu zaman, cinsel ve fiziksel zevk alıp vermeyi sağlar. Eğer bu merkez açıksa, kişi muhtemelen cinsel ilişkiden zevk alır ve doyum sağlar. Ancak, tam bedensel doyum, tüm merkezlerin açık olmasını gerektirir.

Kuyruk sokumu merkezi (şakra 2B) kişinin cinsel enerjisinin miktarıyla ilişkilidir. Bu merkez açık olduğu zaman, kişi cinsel gücünü fark eder. Eğer kişi bu merkezi bloke ederse, sahip olduğu cinsel güç ve kudreti zayıf ve hayal kırıklığı yaratan türden olur. Muhtemelen cinsel dürtüsü pek olmayacaktır, cinsel ilişkiden uzak durmak ister, önemini ve çekiciliğini yadsır, bu alandan beslenemez. Doyum, bedeni yaşam enerjisi ile baştan aşağı yıkadığından, beden bu besinden uzak kalır, bir başkası ile birleşmenin ve bedensel temasın sağladığı psikolojik beslenmeyi edinemeyiz.

Şakra 2A ve 2B arasındaki ilişki: Kuyruk sokumu merkezi, kasık merkezi ile bir çift halinde çalışır. Ön ve arka merkezlerin biraraya geldiği noktada, şakranın kalbinde, yani omurgada, yaşam gücü ikinci en güçlü fiziksel dürtü ve amacını sergiler: cinsel birleşme arzusu. Bu güçlü dürtü, iki kişi arasındaki kendi kendine konmuş engelleri kırar ve onları birbirine daha yakın kılar.

Yani her bir kişinin cinselliği, onun yaşam gücüne bağlıdır. (Bu elbette, bütün merkezler için geçerlidir: Birinin bloke edilmesi, ilgili alandaki yaşam gücünün de bloke edilmesi demektir.) Bedenin kasık bölgesi, yaşam gücünün kaynağı olduğu için bu alanda kapanan herhangi bir merkez, fiziksel ve cinsel canlılıkta zayıflamaya neden olacaktır. İnsanlığın büyük bir çoğunluğu için, cinsel enerji bu iki merkezden geçer, doyum sırasında yüklenir ve boşalır. Bu hareket, bedeni tekrar enerji ile doldurur ve bir enerji banyosu ile yıkar. Beden sistemini tıkanmış enerjiden, atık ürünlerden ve derin gerilimden kurtarır. Cinsel doyum, kişinin fiziksel esenliği için önemlidir.

Cinsel birleşme yoluyla sağlanan derin birleşmedeki ortaklaşa terk, ego "ayrılığı"nı terk etmek ve birliği deneyimlemek için insanlığın sa-

Şekil 9-1
ANA ŞAKRALAR ve PSİKOLOJİK İŞLEVLERİ

ZİHİNSEL MERKEZLER	İLİŞKİLİ ÖZELLİKLER
7 Taç Merkezi.....	Yaşam ve insanlığın ruhsal unsurlarıyla tüm kişiliğin bütünlük sağlaması.
6A Alın Merkezi.....	Zihinsel kavramları anlama ve canlandırma kapasitesi.
6B Zihinsel Yönetici.....	Fikirleri pratik şekilde yürütme.
İRDE MERKEZLERİ	
5B Ense Bölgesi.....	Toplum ve meslekte kişilik hissi.
4B Kürek Kemikleri Arası.....	Ego iradesi ya da dış dünyaya açılan irade.
3B Diyafram Merkezi.....	Şifa, kişinin sağlığı için niyetli oluşu.
2B Kuyruk Sokumu Merkezi.....	Cinsel enerji miktarı.
1 Pöç Merkezi.....	Fiziksel enerji miktarı, yaşam iradesi.
DUYGU MERKEZLERİ	
5A Boğaz Merkezi.....	Almak ve özümsemek.
4A Kalp Merkezi.....	Diğer insanlara karşı sevgi duyma, yaşama açık olma.
3A Solar Pleksus.....	Büyük zevk ve coşku, ruhsal bilgelik, yaşamın evrenselliğinin şuuruna varma. Evrende olduğunu bilme.
2A Kasık Merkezi.....	Karşı cinse duyulan sevginin niteliği; fiziksel, ruhsal ve zihinsel zevk alıp verme.

hip olduğu ana yollardan biridir. Sevgiyle ve eşinizin kendisine özgülüğüne saygı duyularak yapıldığında, fiziksel düzeyde ilksel evrimleşmeye ait eşleşme dürtülerinin ve İlahi olanla birleşmeyle ilgili derin ruhsal özemlerin birleşiminden oluşan kutsal bir deneyimdir. İki insan varlığının hem ruhsal hem de fiziksel unsurlarının birleşimidir.

Böyle bir birleşmeyi yaşamış ve ruhsal yol üzerindeki diğer safhalara geçmiş olanlar için, Kundalini yogası ve Tantrik gelenekler gibi disiplinler artık pek gerekli değildir. (Fakat pek çok insanın bu kategoride olmadığı açıktır.) Pek çok ruhsal uygulama, cinsel enerjiyi dönüştüren ve farklı enerji kanallarına yönlendiren, ana dikey akımda yol alarak yüksek ruhsal enerji bedenlerinde kullanılacak enerjiye dönüştürecek meditatifler içerirler. Bu, güçlü ve tehlikeler içerebilecek bir uygulamadır, rehber eşliğinde yapılma-

lıdır. Gopi Krishna, *Kundalini* adlı kitabında fiziksel tohum, yani spermin ruhsal enerji, yani Kundalini'ye dönüşümünü anlatır. Pek çok ruhsal uygulama spermin ya da ruhsal tohumun dönüşüm için tutulması gerektiğini savunur.

Şakra 2A ve 2B'deki bloklar: Kasık merkezindeki bloklar, kendini açık tutamayan ve eşinden cinsel beslenme alamayan bir kadının fiziksel doyum yaşamasını önler. Cinsel organı ile bağlantı kuramaz ve cinsel ilişkiden de zevk almaz. Tam bir cinsel ilişkiden ziyade klitoral uyarıma eğilimli olabilir. Ayrıca saldırgan olabilir, ilişkide üstte olmayı ve hareketlere hakim olmayı isteyebilir. Her zaman kontrolü elinde tutmak istemektedir. Sağlıklı bir ilişkide ise bu değişir, kadın bazen aktif bazen de kabul edici olmak isteyebilir fakat bu durumda kadın, eşinin güçlü olmasından şüursuzca çekinir. Eşinin nazik ilgisi ve kabulü ile, kadının kasık şakrası zamanla ya-

vaşça açılabilir. Kadın ayrıca rahatsızlığına eşlik eden bu derin korku hislerini ve kendini eşine bırakmama eğilimini, bu bölümün başında söz ettiğimiz, böylesi duyguların kaynaklandığı imgeleri bulmak için iyice incelemelidir. Bir kadın, cinsel ilişkide aktif rolde olmasın, demiyorum. Sadece vermek ve almak arasındaki bir tip denge-sizlikten bahsediyorum.

Erkeğin kasık şakrasındaki ciddi bir blok ile birlikte, genellikle erken doyum ya da ereksiyon olamama durumu görülür. Erkek derin bir düzeyde tüm cinsel gücünü vermekten korkmaktadır ve bunu tutar. Enerji akışı genellikle sekteye uğrar, tıkanır ya da geriye doğru, kuyruk sokumu şakrasından dışarıya yönelmiştir ve doyumda, enerjiyi penis yerine sırttaki ikincil şakradan bırakmaktadır. Bu da bazen acı verici olur ve kişiyi ilişkiden soğutur. Bu da, aynı problem-den çeken kadınlarda da olduğu gibi başka sorunlar doğurabilir. Böyle insanlar çoğu kez, "benzer benzeri çeker" yasası gereği, birbirlerini çeker ve bu ortak sorunu paylaşırlar. Çoğu kez "sahte" çözüm, bir diğerini suçlamak ve bir başka eş aramaktır. Bu ise, sorunun "sahibi" sorunu en sonunda sahipleninceye kadar sürüp gider. Bu noktada, sorunun kökünden kaynaklanan imgeleri ve inançları kazıp çıkartma işine başlanabilir.

Böyle durumlarda, anlayışlı ve kabul edip işbirliği yapan sadık bir eşe sahip olmak çok önemlidir. İki insan birbirini suçlamak yerine zorluğu kabul eder, sevgi vermek üzerinde yoğunlaşır, eşine anlayış ve destek gösterirse, sorun daha kolay halledilir. Bu, zaman ve sabır ister elbette. Birisinin isteklerinin karşısındaki tarafın-dan yerine getirilmesi, karşılık beklemeden gerçek vericiliği gerektirir. Derken, suçlamaları bırakıp sevgi vermekten karşılıklı güven ve saygı doğar, cinsellik de güç kazanır ve olumlu bir deneyim haline gelir. Bu merkezlerden biri açıkken bir diğerinin kapalı olması sık görülür. Çoğu zaman, şakra çiftleri (ön ve arka) insanlarda böyle işlemektedir. Kişi, bir şakranın işlevinin her iki unsurunun aynı zamanda çalışmasının gücüne tahammül edemeyeceği için, bunlardan biri aşırı-işlev görmekteyken, diğeri buna bağlı olarak daha düşük-işlev gösterecektir. Örneğin, bazı insanlar için hem etkili bir cinsel güce sahip olmak,

hem de cinsel ilişkide diğer kişiden almaya ve vermeye açık olmak çok zordur. Çoğu zaman, cinsel güç, o anları, benliği eşin kişisel gizemlerine ve derinliklerine daldırarak yaşamak yerine fanteziye döner. İnsan varlıkları, sonsuz derecede güzel ve karmaşık harikalardır. Bizler ise çok nadiren bu güzellik ve harikalığın derinlerine hiç kısıtlanmadan dalma iznini veririz kendimize. Sonuç olarak, 2A ve 2B şakraları arasındaki dengesizliğe eşlik eden psikolojik sorunlar, tatmin edilmemiş yaşam şartları meydana gelir.

Örneğin, arka kısım saat yönünde ve güçlü, ön kısım da zayıf ve kapalı ise, kişinin muhtemelen güçlü bir cinsel dürtüsü ve cinsel ilişki talebi var demektir. Fakat sorun şu ki, bu büyük miktardaki cinsel enerji ve dürtüye, cinsel anlamda verme ve alma becerisi eşlik etmemektedir. Dolayısıyla, bu güçlü dürtüyü tatmin etmek çok zor olacaktır. Eğer arka kısım saat yönünün tersinde güçlü bir durumdaysa, yine aynısı geçerlidir; ancak dürtüye muhtemelen olumsuz imajlar, belki şiddet içeren cinsel fanteziler eşlik edecektir. Bu ise, şüphesiz, dürtünün tatmin olmasını daha da zorlaştırır ve böylesi bir konfigürasyonun sahibi, içindeki bu karmaşadan tamamen kaçınmak için, böylesi içsel duyguların verdiği utançtan dolayı çokça süblimantasyon (şuuraltına itilmiş yasak güdülerini toplumca kabul edilir şekle yöneltmek, yüceltmek) yapabilir. Öte yandan, kişi kendine pek çok partner edinebilir ve böylece iki ruh varlığının fizik bedenleriyle cinsel birleşmede yaşadıkları derin birleşme olasılığından mahrum kalabilir. Kişi, bağlılıktan kaçır ya da cinsellik anlamında bağlılıklar edinemeyebilir.

Solar pleksus (şakra 3A) kişinin evrendeki eşsiz (biricik) ve bağlantılı olduğu yeri bilmesinden kaynaklanan derin hoşnutluğun kaynağıdır. 3A şakrası açık olan bir kişi, gece gökyüzüne bakıp kendini evrene ait hisseden kişidir. Evren içindeki yerine sıkı sıkıya bağlıdır. Tezahür etmiş evrenin kendisine özgü o eşsiz ifadesinin merkezindedir ve ruhsal bilgeliğini buradan türetir.

Solar pleksus, zihinsel bir şakra olmakla beraber, sağlıklı biçimde işlev görüyor olması, kişinin duygusal durumuyla doğrudan bağlantılıdır. Çünkü akli ve zihinsel süreçler, duygusal hayatın düzenleyicileridir. Duyguların zihinsel biçimde anlaşılması, onları düzenli bir çerçeveye otu-

tur ve gerçekliği makul bir şekilde tanımlar.

Eğer bu merkez açıksa ve ahenkli işliyorsa kişi, üstünde baskı yaratmayan sağlıklı bir duygusal hayata sahip demektir. Eğer bu merkez açık ama onu koruyan ince zar yırtıksa, duygularının kontrol edilemez uç sınırları var demektir. Kişiyi şaşkınlığa sokacak şekilde, astralden gelen dış kaynaklarca tesir altında kalabilir. Evrende ve yıldızlarda kaybolabilir. En sonunda, aşırı kullanım yüzünden bu şakra bölgesinde fiziksel acı meydana gelir ve adrenal bitkinliği gibi bir hastalık ortaya çıkabilir.

Eğer bu merkez kapalı ise, kişi duygularını da engelleyecek, belki de hiçbir şey hissetmeyecektir. Kişi, mevcudiyetine bir başka boyut ekleyen duyguların derin anlamından habersizdir. Evrendeki biricikliği (eşsizliği) ve daha yüksek amacı ile ilişkisi kalmamış olabilir.

Çoğu zaman bu merkez, kalp ile cinsellik arasında bir blok görevi görür. Eğer ikisi de açık ise ve solar plexus bloke edilmişse, bu ikisi ayrı işlev görür; yani cinsellik sevgi ile, sevgi de cinsellik ile derinden bağlantılı değildir. Eğer kişi fiziksel evrendeki varlığının ve bu varlığın kökenlerini oluşturan geçmişten haberdarsa, bu ikisi aynı anda mükemmel bir şekilde birleşebilir. Unutmamalıyız ki, fiziksel benliğimiz çok önemlidir.

Solar plexus merkezi, insan bağlılığı açısından büyük önem taşır. Bir çocuk doğduğunda, anne ve çocuk arasında esiri bir göbekağı oluşur. Bu bağlar, insan bağlılığını temsil eder. Bir insan, bir başka insan ile ilişki kurduğunda, 3A şakraları arasında bağlar oluşur. Bu iki insan arasındaki ilişki ne kadar güçlüyse, bu bağların gücü ve sayısı da o kadar fazladır. İlişkinin bitmesi durumunda, bağlar da zayıflar ve yavaşça ayrılır.

İlişki içindeki insanların diğer şakraları arasında da bağlar oluşur, fakat üçüncü şakra bağları anne-çocuk arasındaki bağlılığın tekrar kurulması gibidir ve terapi sürecindeki insanlararası ilişkiler analizi için de çok önemlidir. İnsanlararası ilişkiler analizi, diğer insanlarla olan ilişkilerinizin yapısını belirleyen bir metottur. Onlarla ilişkiniz ebeveynlerinizle (çocuk/ebeveyn) olduğu gibi mi? Yoksa siz yetişkinsiniz de onlar birer çocukmuş (yetişkin/çocuk) gibi mi? Yoksa birer yetişkin gibi mi davranıyorsunuz? Bu analiz, di-

ğer insanlara karşı kişisel tepkileriniz hakkında önemli ipuçları verir. İlk ailenizde kurduğunuz şakra bağlarının yapısı, ileride kendi ailenizi kurduğunuzda kendini tekrarlar. Bir çocukken, çocuk/anne bağı buna denk düşer; çocuk/anne ilişkisine. Yetişkinken, siz ve eşiniz arasında da muhtemelen güçlü bir çocuk/anne bağı geliştireceksinizdir. Yaşam sürüp siz olgunlaştıkça, çocuk/anne bağları, yetişkin/yetişkin bağlarına doğru yavaş yavaş dönüşür.

Diyafram merkezi (şakra 3B) solar plexusun arkasına yerleşmiştir, fiziksel sağlık için hissedilen niyet ile ilintilidir. Eğer kişi kendi bedenini seviyor ve onu sağlıklı tutmak istiyorsa, bu merkez açıktır. Şifa Merkezi olarak da bilinir ve ruhsal şifa ile ilişkilendirilir. Bazı şifacılar da bu merkezin çok geniş ve gelişmiş olduğu söylenir. Ayrıca kürek kemiklerinin arasında yer alan irade merkezi ile de aynı görevi yapar, şifa gücüne sahip kişilerdeki hariç, genellikle diğer irade merkezlerinden küçüktür. Bu merkez, önde yer alan solar plexus merkezi ile ilişkilidir; solar plexus açıksa genellikle o da açıktır. Eğer kişinin solar plexusu açıksa ve dolayısıyla, evrendeki yeri ile bağlantılıysa, bu kişi mükemmel şekilde uyumludur ve o kişinin kendini kabullenışı, fiziksel düzeyde fiziksel sağlık olarak tezahür edecektir. Toptan sağlık -zihinsel, duygusal ve ruhsal-, tüm merkezlerin açık olmasını gerektirir.

Görüyorsunuz, şakralar hakkında açıklamalar yaptıkça, ön ve arka merkezlerin bir çift olarak iş gördükleri ortaya çıkıyor; bir tanesinin çok açık olması yerine, çiftlerin uyumlu ve dengeli çalışması çok daha önemlidir.

Kalp şakrası (şakra 4A) sevgiyi tezahür ettirdiğimiz merkezdir. Bu merkezden, tüm hayatla bağlılık enerjisi akar. Bu merkez açıldıkça, yaşamı gittikçe genişleyen bir çember halinde sevmek kapasitemiz de genişler. Bu merkez işlediği zaman kendimizi, çocuklarımızı, eşlerimizi, ailelerimizi, hayvanlarımızı, arkadaşlarımızı, insanları ve bu dünya üstündeki tüm yaratıkları seviriz.

Bu merkezden, sevgi duyduğumuz kişilerin kalp merkezlerine bağlar oluştururuz. Bu, hem eşler ve sevgilileri hem de ebeveynler ve çocukları kapsar. Bu şakradan akan sevgi hissi, sıklıkla gözlerimizi yaşartır. Bir kez bu açık sevgi halini

deneyimlediğimizde, bunu daha önce nasıl özle-
diğimizi anlar ve ağlarız. Bu şakra açık olduğun-
da, kişi yanındaki insanda tüm bir kişiliği görür.
Biricikliği (eşsizliği), iç güzelliği ve ışığı görür;
olumsuz ve gelişmemiş özellikleri de tabi. Olum-
suz durumda (yani kapalı ise), bir şey bekleme-
den karşılıksız sevgi vermek anlamında, kişinin
sevme sorunu vardır.

Kalp şakrası, şifa sürecinde kullanılan en
önemli şakradır. Şifacının ellerinden ve gözlerin-
den dışarıya doğru hareket etmeden önce, tüm
şakralarda metabolize edilen enerji, şakraların
köklerinden geçip dikey güç akımıyla yukarı
doğru yol alıp kalp şakrasına girer. Şifa sürecin-
de, kalp dünya planına ait enerjileri ruhsal ener-
jilere dönüştürür ve ruhsal plana ait enerjileri de
hastanın kullanabileceği şekilde dünya planına
ait enerjiye dönüştürür. Bu, şifa ile ilgili bölümde
ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

Kürek kemiklerinin tam ortası, şakra 4B
ego iradesi ya da dış irade ile ilgilidir. Fiziksel
dünyadaki davranışlarımızın merkezi burasıdır.
Ne istiyorsak onun peşinden gideriz.

Bu merkez saat yönünde ise, hayattaki işle-
rimizi yürütmek ile ilgili pozitif bir tutum takını-
rız ve diğer insanları da buna destek olacak kişi-
ler olarak görürüz. Sonra da bu görüşü destekle-
yen deneyimler ediniriz çünkü bunu yaşarız. İra-
demizi ve ilahi iradeyi uyum içinde deneyimler-
riz. Arkadaşlarımızın da isteklerimizle aynı doğ-
rultuda olduğunu görürüz. Örneğin, bir kitap
yazmak istiyorsanız, arkadaşlarınızı size yardım
ederlerken ve yayıncıları "Evet, bu bizim aradı-
ğımız şey" diyen bir şekilde davranırken hayal
edersiniz.

Öte yandan, eğer bu merkez saat yönünün
tersinde ise, tam tersi geçerlidir. Tanrı'nın mura-
dının ve diğer insanların iradelerinin, kendi iste-
ğine karşı olduğuna dair yanlış kavramlara sa-
hiptir. O insanlar, yapmak ya da başarılmak iste-
nen şey yolunda birer engelmis gibi görülürler.
Onları, bize yardım ederlerken görmek yerine,
istediğimizi almak üzere onları ezip geçmek ge-
rektiği düşüncesi hakimdir. "İradem seninkin-
den üstün" ya da "iradem Tanrı'nın iradesinden
üstün" gibi düşünceler gelişir. Burada, evrenin
nasıl işlediğine dair derinlere kök salmış inançlar
söz konusudur.

Evren, güçlü saldırganların hayatta kaldığı
temelde düşmanca bir yer olarak görülür, "ama-
cıma ulaşmamak, ölüm anlamına gelir" noktası-
na dek gelinebilir. Kişi, dünyasını güvenli bir yer
haline getirmek için diğer insanları kontrol eder.
Bu kişi için çözüm, bu saldırganlığı ile nasıl düş-
manca bir ortam yarattığını anlamak ve kontrol
sağlamadan da sağ kalmanın mümkün olup ol-
mayacağını görmek için dizginleri bırakma şan-
sını değerlendirmektir. Bu şans değerlendirme,
en sonunda kişinin varoluşunun bütün tarafın-
dan desteklendiği iyicil, sakın, güvenli bir ortam
sağlama deneyimine yol açacaktır.

Bir başka durumda, bu merkez aşırı aktif
olabilir. Kalp şakrasının saat yönünde veya sa-
atin tersi yönünde küçük dönüşlerinin eşliğinde,
saat yönünde çok genişleyerek dönebilir. Bu du-
rumda, kişinin iradesi özellikle olumsuz değıl-
dir, sadece kalp merkezinin yapması gereken gö-
revi yapması için kullanılır. Bırakabilmek, gü-
venmek ve sevmek yerine, yani kalp şakrasından
(4A) daha fazla enerji akıtmak yerine kişi bunu
iradesi ile telafi eder. Şakra 4'ün arka unsuru sa-
yesinde kürek kemikleri arasından daha fazla
enerji akışı oluşturur. Kişi gizli gizli şöyle de-
mektedir: "Senin insanlığını düşünmek zorunda
kalmadan istediğimi elde etmek istiyorum." Bu
kişi, sevgiden ziyade iradesi ile hareket eder ya
da içindeki güçten ziyade birisinin üstünde güç
uygulayarak. Bu, kişinin eşiyle eşit olmasından
çok, ona "sahip" olması tarzında görülen çarpıt-
madır.

Boğaz şakrası (5A) boğazın önünde yer alır,
kişisel ihtiyaçlar ile ilgili sorumluluk alabilme ile
ilgilidir. Yeni doğmuş bebek, annesinin süt dolu
göğüslerine yaklaştırıldığında, beslenebilmek
için emmek zorundadır. Bu, tüm hayat boyunca
geçerlidir. Kişi olgunlaştıkça, ihtiyaçlarını ger-
çekleştirme işi gittikçe daha çok kendi omuzları-
na yüklenir. Olgunluk sağlanır ve bu şakra, kişi-
nin hayattaki eksiklikleri yüzünden başkalarını
suçlamayı bırakıp, ihtiyaçları ve isteklerini yarat-
mak için harekete geçtiğinde iyi işliyor demektir.

Bu merkez, kişinin kendisine doğru gelen
şeyi almak açısından hangi konumda olduğunu
gösteren yerdir aynı zamanda. Eğer merkez saat
yönünün tersinde ölçüldüyse, kişi, kendisine ve-
rilen şeyleri içeri almamaktadır.

Bu, her şeyden önce, kişinin kendisine gelmekte olan şey hakkındaki imgesiyle ilişkilidir. Yani kişi dünyayı olumsuz, düşmanca bir yer olarak görüyorsa, verilen şeye karşı şüphe ve olumsuz bir bakış geliştirir. Düşmanlık bekler, sevgi yerine vahşet ve aşağılanma bekler. Olumsuz beklentilerle olumsuz bir güç alanı oluşturduğu için de, kendisine olumsuz girdileri çekecektir. Yani şiddet beklentisi içindeyse, içinde şiddet vardır ve benzer benzeri çeker yasası veya "Evrensel Enerji Alanı" başlıklı bölümde anlatılan evrensel enerji alanının doğası gereğince, yine şiddeti çeker.

Kişi boğaz merkezini açtıkça, kendisini besleyecek olanı alabilme kapasitesi, bu merkezi çoğunlukla açık tutmayı başaracak hale gelene dek artar. Ancak bu arada, merkezin açılmasından kısa süre sonra, gelecek olanlarla ilgili inançları nedeniyle, pekala olumsuz girdileri de cezbedebilir. Bu deneyimi yaşarken, içindeki ilk sebebi fark eder ve içsel güvenliğini yeniden kazanırsa, boğaz merkezini tekrar açar. Bu açma kapama süreci, alma ve verme ile ilgili yanlış anlamaların hepsi, iyicil ve besleyici bir evrene güvenmeye dönüşüncüye kadar sürer.

Bazen meslek merkezi de denilen beşinci şakranın (5B) arkasında meydana gelen özümseme unsuru, kişinin toplum, mesleği ve yaşatları içindeki benlik hissi ile ilgilidir. Eğer kişi, yaşamın bu parçasında kendini rahat hissetmiyorsa, kendine güven eksikliğini telafi etmek için bu rahatsızlık aşırı gururla örtülebilir.

Boynun arkasındaki merkez; eğer kişi başarılı, işinde güvenli ve yaşam mesleği olarak seçtiği işten tatmin duyuyorsa genellikle açıktır. Eğer kişi zorlu bir meslek seçmiş ve bunda da üstüne düşeni yapabiliyorsa, merkez oldukça sağlıklıdır. Kişi profesyonel anlamda başarılıdır ve evrensel alan bu anlamda kişiyi besler. Eğer durum bu değilse, kişi elinden gelenin en iyisini yapmamaktadır. Başarısızdır ve bu eksikliği gururu ile örtmektedir. "Daha iyisini" yapsa ya da daha çok mücadele gerektiren bir işe girse daha iyi olabileceğini gizli gizli "bilmektedir". Ancak bu kişi ikisini de yapmaz ve altta yatan gerçek umutsuzluktan kaçınmak için gurur ile savunmaya geçer. Aslında hayatta başarılı olmadığını bilir. Muhtemelen kurban rolünü oynayacaktır;

hayat ona büyük becerisini geliştirmek için gerekli fırsatları vermemiştir. Bu gururun salınması gerekir, acı ve ümitsizlik de açığa çıkartılmalıdır.

Bu merkezde, kişinin çok istediği şeyi yapmak için harekete geçmesine engel olan başarısız olma korkusu da yer alır. Ayrıca kişisel arkadaşlıklar ve genel sosyal yaşam ile de alakalıdır. İlişkiden kaçınarak kişi kendini ortaya koymaktan kaçır ve bir yanda beğenilmeme korkusu, bir yanda da rekabet ve "Senden daha iyiyim. Benim kadar iyi değilsin," türü bir gururu barındırır. Reddedilme hislerimiz içeriden kaynaklandığından ve sonra biz onları diğerlerine yansıttığımızdan, reddedilmekten kaçınmak için diğer insanlardan kaçırırız. Arzuladığınız mesleğe girme şansını kullanmak, özlediğiniz temasları kurmak ve bu konuyla ilgili hislerinizi açığa vurmak; bu duyguları serbest bırakma ve böylece bu şakrayı açma yollarıdır.

Alın şakrası (şakra 6A) zihinsel kavramları imgeleme ve anlama ile ilgilidir. Kişinin evren ve gerçeklik kavramları ya da dünyayı nasıl gördüğü ve bunun ona ne ifade ettiği gibi şeyleri içerir. Eğer merkez saat yönüne ters harekete sahipse, kişinin zihinsel kavramlar hakkında kafası karışmış ve gerçeklik hakkında düşündükleri yanlış ve olumsuz demektir. Kişi, bunları yansıtarak kendi dünyasını oluşturur. Eğer merkez tıkanmış ve zayıfsa, merkeze enerji akışı az olduğu için kişinin yaratıcı fikirleri engellenmiş demektir. Eğer merkez güçlü bir şekilde saat yönüne tersse, kişi olumsuz fikirler yaratma konusunda yeteneklidir. Eğer bu durum başın arkasındaki yönetici merkezin (6A) güçlü işleviyle birleşmişse, bu durum kişinin yaşamında bir yıkım yaratabilir.

Negatif inanç imgelerimizi arıtma ve yalınlaştırma amaçlı terapi süreci sırasında, enerji sisteminde bir imge ortaya çıktığında ve baskın biçimde işlev görmeye başladığında, bu merkez genellikle saat yönünde işliyor bile olsa muhtemelen saat yönünün tersine dönecektir. Bu terapi, imgeleri öne çıkarır ve kişinin yaşamında tezahür etmelerini sağlar. Terapinin yardımıyla kişi, söz konusu imgenin ne olduğunu açıkça görebilir. Merkez de böylece normal halinde, saat yönünde döner. Genelde bu saat yönü tersindeki hareket, deneyimli bir terapist tarafından, saat

yönü tersine harekete eşlik eden hislerin denge-siz niteliği nedeniyle saptanabilir. Terapist, bu-nun normal olmadığını görebilir. Örneğin, şakra kaotik hareket edebilir ve terapist, ele aldıkları konunun hastanın gerçeklik kavramlarından biri ile ilgili olduğunu ve hastanın kişiliğini güçlü bi-çimde sarstığını işaret eder.

Başın arkasında, zihinsel yönetici merkez (şakra 6B) alındaki merkezle birlikte, yaratılan yaratıcı fikirlerin tamamlanıp yerine getirilme-sinde görevlidir. Eğer yönetici irade merkezi açıksa; kişinin fikirleri, onları fiziksel dünyada cisimleştirecek tamamlayıcı bir faaliyet ile sonuç-lanır. Eğer açık değilse, kişi fikirleri hayata geçir-mekte zorlanır.

Ön merkezin (6A) açık, arkanın ise kapalı olması özellikle hayal kırıklığı yaratan bir du-rumdur. Kişi yaratıcı fikirler ortaya atar ama bunları uygulamaya koyamaz. Bu duruma, ge-nelde suçu dış dünyaya yükleme bahanesi eşlik eder. Kişinin genellikle fikirlerini hayata geçire-bilmek için adım adım gelişecek bir yardımcı eği-tim alması gerekir. Bu gelişme sırasında, pek çok duygu açığa çıkar: "Bunun gerçekleşmesi için so-rumluluk almak istemiyorum", "Bu kadar uzun zaman bekleyemem", "Bu fikri gerçekleştirmek istemiyorum", "Bu kadar uzun sürmesini kabul edemem, fazla uğraşmadan olmasını isterim", "Sen işi yap, ben fikir adamı olayım" gibi. Bu ki-şi, fikirleri fiziksel dünyada hayata geçirmek için nasıl adım adım gidilmesi gerektiğiyle ilgili tem-el eğitimden yoksun kalmıştır belki de. Fiziksel gerçeklikte olmaya ve çırak yerine konmaya da direnç gösteriyor olabilir.

Öte yandan, eğer bu merkez saat yönünde ve fikir merkezi de saat yönünün tersine ise, da-ha da kötü bir durumla karşı karşıyayız demek-tir. Kişinin temel kavramları gerçeklikte değilse bile, ürettiği çarpık fikirleri yine de belli bir başa-

rıyla hayata geçirir. Örneğin, bu dünyanın işe ya-ramaz bir yer olduğunu düşünüyorsunuz ve "her koyun kendi bacağından asılır, sen de iste-diğini yap" düşüncesini savunuyorsunuz, böyle-ce bu şekilde davranmaya başlarsınız; yönetici iradeniz işlemektedir, pekala bir suçlu gibi dav-ranabilirsiniz. Bu durumda kalp, muhtemelen tı-kalıdır. Yaşamınız, savınızı bir dereceye kadar desteklemektedir. Yakalanana kadar bu alanda bir dereceye kadar başarılı olursunuz. Veya böy-lesi bir şakra konfigürasyonu ile fiziksel dünya-da mümkün olmayan bir şeyi yapmaya çalışır ve fikrinizi uygulamayı denersiniz. Ya da her ne olursa olsun başka kişilerin fikirlerini benimse-meyi seçersiniz.

Taç merkezi (şakra 7) kişinin ruhsallığı ve fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak bütünlüğü ile ilgilidir. Bu merkez kapalı ise, ruhsallığı ile deneyimsel bir ilişki kuramaz. Kişi o "kozmik his"ten uzaktır ve insanlar ruhsal deneyimlerin-den bahsederken ne anlattıklarını anlayamaz. Eğer merkez açıksa, kişi, bireysel ve kişisel bir formda ruhsallığını tanıyor demektir. Bu ruhsal-lık, dogmayla tanımlanamaz ya da kelimelerle basitçe açıklanamaz. Daha çok bir var olma hali, dünyasal gerçeklikten sonsuzluğa doğru bir aş-kınlık halidir, denilebilir. Fiziksel dünyanın öte-sindedir, bireyde bütünlük, barış ve inanç ve va-roluşuna bir amaç hissi katma duygularını uyan-dırır.

Hatırlayalım:

1. Her bir şakranın psikolojik fonksiyonunu açıklayın.
2. Bu kısımda anlatıldığı şekilde açık ve kapalı şakra ne anlama geliyor?

10. Bölüm

ŞAKRA YA DA ENERJİ MERKEZİ TANISI

Şakraların durumunu ayırt etmek için çeşitli yollar vardır. Başlangıçta, bunlardan hangisinin sizin için en kolay ve kullanışlı olduğunu keşfetmeniz gerekiyor.

Şakraların durumunu hissetmek için kullandığım en iyi yol, sarkaçtır. Yükselteç görevi gördüğü için, enerji akışına yönelik hassasiyeti artırıyor. Bunların en iyisi, kayın ağacından yapılmış ve armut biçiminde olanıdır. Üç cm çapında ve dört cm uzunluğundadır. Bunların enerji alanı da yayılmıştır, kolayca nüfuz edilebilir ve yine armut şeklindedir. Dikey ekseninde simetrik olması, bu tür ölçümler için oldukça önemlidir. (Kayın ağacından yapılmış sarkaçları Metaphysical Research Group, Archers' Court, Stonesile Lane, Hastings, Sussex, İngiltere adresinden satın alabilirsiniz.)

Ellerinizde bir hassasiyet geliştirdiyseniz veya dokunmaktan hoşlanıyorsanız, şakraların iç ve dış enerji akışını elinizde tutarak da duyumsayabilirsiniz. Bu, enerjinin tıkalı ya da serbest akışlı mı, güçlü ya da zayıf mı olduğuna dair bir duyum almanıza yardım eder. Aynı şeyi, bir akupunktur noktasına parmak ucunuzu getirerek de yapabilirsiniz. Bu tür duyumsamada, almak istediğiniz bilgi size kendi bedeninizde duyumsayabileceğiniz fiziksel bir tepki olarak da aktarılabilir.

En sonunda, Yüksek Duyusal Algılamanızı üst düzeylere taşıdıktan sonra, şakraların nasıl döndüğünü (düzenli ya da düzensiz) ve renklerini (koyu ve tıkalı, zayıf veya açık, parlak ve güçlü) anlamak için bakmanız yeterli olacak. Nasıl bozulmuş olduklarını da görebileceksiniz. En sonunda aurik katmanın her seviyesini algılayabilir hale de gelebilirsiniz.

Fakat önce sarkacın nasıl kullanıldığına bakalım.

Egzersiz: Sarkaçla Şakralara Tanı Koymak

Ön şakraları ölçmek için, hastanızdan sırtüstü yatmasını isteyin. Arka şakralar içinse, hastadan karın üstü yatmasını isteyin.

Şakranın durumunu ölçmek için, sarkacı bir iple aurik sahadan 15 cm kadar yüksekte tutarak zihninizi tüm önyargılardan arındırmanız gerekir. (Zaten en zoru ve en çok uygulama yapmayı gerektiren de budur.) Sarkaç, bedene değmeyecek ama mümkün olduğunca yakın olacaktır. Sizin enerji akışınız, onu etkilemek üzere sarkacın alanına akacaktır. Sizin ve sarkacın enerjilerinin biraraya gelmesi ile, hastanın alanı etkilenecek ve sarkaç hareket etmeye başlayacaktır (Şekil 10-1). Bu muhtemelen dairesel bir hareket olacaktır, hastanın bedeninin üzerinde görünmeyen bir dairenin çevresinde hareket edecektir. Öne ve arkaya elips şeklinde ya da düz bir hat üzerinde de hareket edebilir. Hareketler düzensiz de olabilir. Sarkacın hareketleri, hastanın şakrasının enerji akımının yön ve miktarını göstermektedir.

Dr. John Pierrakos, saat yönünde dönen sarkacın, psikodinamik olarak açık şakrayı gösterdiğini söylemektedir. Yani şakra tarafından yönetilen ve şakrada enerji akımı olarak dolaşan duygular ve psikolojik deneyimler, kişinin hayatında iyi ve dengeli durumdadır. Eğer sarkaç hareketi saat yönüne ters ise, şakra psikodinamik olarak kapalıdır; yani ilgili psikolojik konularda da sorun var demektir. Yani şakradaki duygu ve psikolojik deneyimler dengeli ve düzenli bir akış sağlamamaktadır. Enerji bloke olmuştur ve muhtemelen kişinin bununla ilgili olumsuz deneyimleri vardır.

Sarkacın çizdiği dairenin büyüklüğü, şakranın gücü ve içinden geçen enerji akışının miktarı ile ilgilidir. Ayrıca, şifacı ile kişinin o günkü enerji akış miktarı ile de ilintilidir. Eğer sarkacın çizdiği dairenin çapı büyükse, fazla enerji akışı var

demektir. Daire küçükse, enerji akışı da azdır.

Şunu unutmamalı, şakranın çapı ile çizilen dairenin çapı aynı değildir, bu sadece bir göstergedir. Sarkacın çizdiği dairenin büyüklüğü; daha önce de belirtildiği gibi üç alanın, yani hastanın, terapistin ve sarkacın alanlarının etkileşiminin bir işlevidir. Eğer iki kişinin de enerji akışı az ise, şakralar da daha küçük görünecektir. Enerjiler yüksek ise, şakralar da buna göre büyük görünecektir. Kişi, şakralar arasındaki göreceli büyüklüğe odaklanmalıdır. Sağlık, şakralar arasında dengeli bir enerji akışının sağlanması ile gerçekleşir. Demek ki, sağlıklı bir hali oluşturmak üzere tüm şakralar yaklaşık aynı boyutlarda olmalıdırlar.

Çeşitli psikolojik hallere işaret eden, saat yönü ve tersine olan temel formlar arasında birçok varyasyon vardır. Şekil 10-2, bir sarkacın çizdiği çeşitli şekilleri göstermektedir. İlk bakışta karışık gibi görünse de, bu aslında oldukça basit bir tablodur. Sarkaç hareketi ile çizilen her hareket, tamamen açık bir şakra (saat yönünde, 17 cm çapında) SY17 ve tamamen kapalı şakra (saat yönüne ters) SYT17 arasındaki durumları göstermektedir. Eğer ruhsal bir deneyimin hemen sonrasında değilse ya da kişi söz konusu şakrayı aşırı kullanmıyorsa, 17 cm üzerinde çapa pek rastlamadım. Ama SY28 (saat yönünde, 28 cm çapında) kadar ölçtüm.

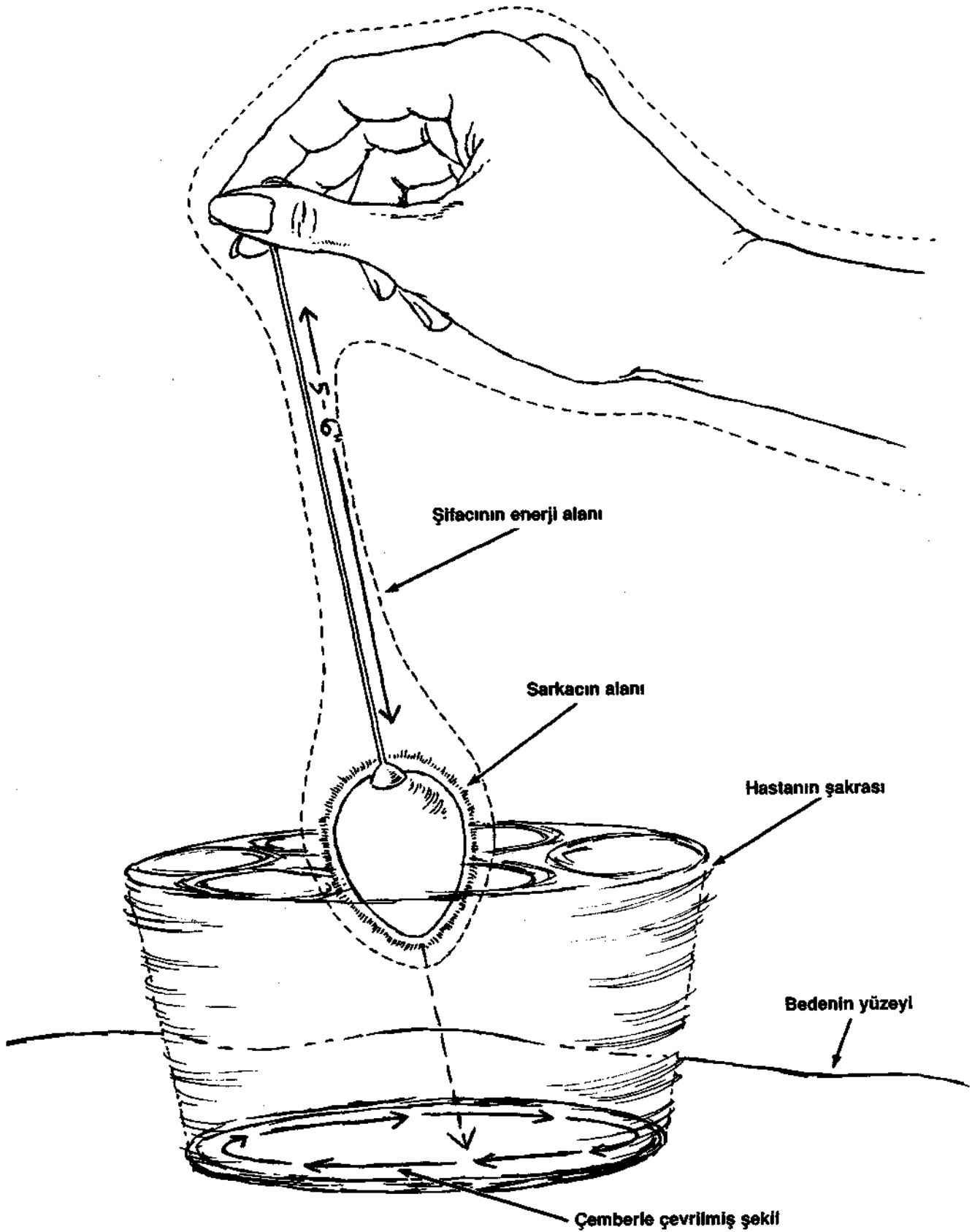
SY17 ile SYT17 arasındaki tek sabit şakrada (S) sarkaç da hiç hareket etmez. Bu durumda, şakra ya dönüş yönünü değiştirmektedir ya da şakra ile ilgili psikolojik işlev tamamen bloke edildiğinden Evrensel Enerji Alanından herhangi bir enerji metabolize edilemiyordur. Bu durum, fazla uzun sürerse, beden dış enerjiden faydalanmayacağı için mutlaka hastalık ortaya çıkacaktır. (Hastalık ve şakralar arasındaki ilişkileri "Enerji Bloklarından Fiziksel Hastalığa" başlıklı bölümde bulabilirsiniz.)

Sarkacın elips (E) şeklindeki dönüşü, vücuttaki enerji akışının sağ ve sol tarafındaki dengesizliğin işaretidir. Sağ ve sol taraftaki salınımlar, vücudun sağ ve sol taraflarına işaret ederler, sarkaç da buna uyacak şekilde yukarı doğru sola (SYESOL) ya da yukarı doğru sağa (SYESAĞ) döner. Bu da, vücudun bir tarafının daha güçlü olduğunu gösterir, sağ taraf (SYESAĞ, SYTESAĞ) daha aktif, saldırgan ve "eril"dir; yani

"yang" doğasını yansıtır. Sol taraf ise (SYESOL, SYTESOL) pasif, kabul edici, "dişil"dir, kişiliğin "yin" doğasını temsil eder. Eğer sarkaç sağ tarafa meyil gösterecek şekilde dönüyorsa, Dr. John Pierrakos, kişiliğin eril yanının dişil yanına göre daha ağır bastığını gözlemiştir. Bu kişi muhtemelen "fazla aktif"tir, kabul edici olmanın daha uygun olduğu anlarda saldırgan davranmaktadır. Bu da, oval hareket sergileyen şakra tarafından yönetilen psikolojik işlevlerle doğrudan ilişkilidir.

Oval hareketin sol tarafa meyilli olduğu (SYESOL, SYTESOL) şakranın sahibi olan kişi muhtemelen bu şakrayla ilgili psikolojik işlevlerle ilgili konularda pasif davranacaktır. Örneğin, eğer kürek kemikleri arasındaki irade merkezi (4B) pasif ise (üst sola doğru oval hareket varsa), kişi istediği şeyi gerçekleştiremeyecektir. Saldırgan olması gerektiğinde bile pasif kalacaktır. Birinin işi yapmasını ya da yapıp kendisine vermesini bekleyecektir. Hakları için çabalayamayacaktır. Bunun gerekçesi olarak belki alçakgönüllülüğü gösterecektir, fakat aslında aktif olmaktan korkmaktadır; genellikle bu durum, saldırgan olmanın ne demek olduğu hakkındaki düşüncelerinden kaynaklanmaktadır.

Salırganlıkla ilgili imge, çocukluk deneyimleri ile doğrudan ilgilidir. Örneğin, istediği bir şeye her uzanışında çocuğa saldırgan, hatta düşmanca davranan bir baba figürü söz konusu olabilir. Bu da, çocuğu istediği bir şey olduğu zaman söylemenin iyi bir yol olmadığına inandırabilir. Çocuklar çok yaratıcıdırlar; istediği şeyi ya da en azından onu telafi edecek bir şey bulmanın çeşitli yollarını bir şekilde deneyimlerler. Hangi yol işe yarıyorsa, çocuk o yolu doğal tavır olarak benimseyecektir. Buna da, artık hayat içinde işine yaramayınca kadar devam eder. Ne yazık ki, huylardan vazgeçmek zordur ve saldırganlık olumsuz olarak değerlendirildiği için de, yeni yollar bulmak çaba gerektirir. Kişiliğin pasif yanının altında, aslında onu bütünleyen, istediğini alan bir de agresif yan vardır. Eğer bu terapi sürecinde tekrar tekrar yapılırsa, kişi en sonunda sağlıklı bir saldırganlığı kişiliğinin geri kalanı ile bütünleyecektir. Bu saldırganlık çalışmasının, pasifliği sağlıklı bir kabul edicilik haline dönüştüren çalışmayla eşzamanlı yapılması gerekir.



Şekil 10-1. Sarkaçla Şakra Radyestezisi

Şekil 10-2
ENERJİ MERKEZİ TANILARI

SEMBOL*	KISALTMASI	SEMBOLÜN ANLAMİ	PSİKOLOJİK BELİRTECİ
	SY17	saat yönünde, 17cm çapında	Açık bir gerçeklik kavrayışı ile açık ve dengeli.
	SYESAĞ8,5	saat yönünde, eliptik, sağ, 8,5 cm çapında	Açık. Aktif/alıcı bölünmesinde kişiliğinin aktif tarafı daha gelişmiş. Gerçeklik kavrayışı aktif önyargılı, düalizmin eril ya da yang tarafına eğilimli.
	SYESOL8,5	saat yönünde, eliptik, sol, 8,5 cm çapında	Açık. Aktif/alıcı bölünmesinde kabul edici yan daha gelişmiş. Gerçeklik kavrayışı pasif önyargılı, düalizmin dişil ya da yin tarafına eğilimli.
	SYED8,5	saat yönünde, eliptik, dikey, 8,5 cm çapında	Açık. İnsanlarla ilişkiden kaçınmak için enerji ruhsal yönde yerleşmiş.
	SYEY17	saat yönünde, eliptik, yatay, 17 cm çapında	Açık. İnsanlarla enerjik ilişki kurmaktan kaçınmak için enerji sıkıştırılmış ve bastırılmış.
	SYT17	saat yönünün tersi, 17 cm çapında	Kapalı ve dengesiz; gerçekliğin aktif yansımaları.
	SYTESAĞ8,5	saat yönünün tersi, eliptik, sağ, 8,5 cm çapında	Kapalı. Bölünmüş, pasif, yang önyargılı gerçeklik yansıması ile daha çok aktif yan ağır basmakta.
	SYTESOL5,5	saat yönünün tersi, eliptik, sol, 5,5 cm çapında	Kapalı. Bölünmüş, aktif önyargılı gerçeklik yansıması ile daha çok pasif yan ağır basmakta.
	SYTED8,5	saat yönünün tersi, eliptik, dikey, 8,5 cm çapında	Kapalı. İnsanlarla ilişki kurmaktan kaçınmak için enerji ruhsal yönde yerleşmiş.
	SYTEY14	saat yönünün tersi, eliptik, yatay, 14 cm çapında	Kapalı. İnsanlarla enerjik ilişkiden kaçınmak için enerji sıkıştırılmış ve bastırılmış.
	D17	dikey, 17 cm çapında	İnsanlarla kişisel ilişkiden kaçınmak için duygular ve enerji ruhsal yöne doğru harekette.
	Y11	yatay, 11 cm çapında	İnsanlarla ilişkiden kaçınmak için enerji akışı kesilmiş. Güçlü bir engel belirtisi.

Şekil 10-2'nin devamı

SEMBOL*	KISALTMASI	SEMBOLÜN ANLAMI	PSİKOLOJİK BELİRTECİ
	SAĞ8,5	sağa 8,5 cm salınım	Katı bir aktif/pasif bölünmesi var, saldırgan taraf ağır basmakta.
	SOL11	sola 11 cm salınım	Katı bir aktif/pasif bölünmesi var, pasif taraf ağır basmakta.
	S	sabit	Şakra hiç işlemiyor, fizik bedende hastalık eğilimi var.
	SYEEKD14	saat yönünde, eliptik, eksen değişimi, 14 cm çapında	Şakrayla ilgili meseleler üstünde aktif ve derinden çalışan kişide muazzam değişimler meydana geliyor. Muhtemelen şakranın işlevi ile ilişkili bu konularla daha önce de meşgul. Hassas bir kaos.
	SYTEEKD17	saat yönünün tersi, eliptik, eksen değişimi, 17 cm çap	SYEEKD ile aynı, ancak olumsuz bir kaos.

* Sembollerin çizimleri, hastanın vücuduna önden bakıyormuşsunuz gibi çizilmiştir.

Sarkacın dairesel dönüş hareketi herhangi bir şakranın üzerinde ne kadar bozuluyorsa, ilgili psikolojik bozunma da o kadar şiddetli demektir. Bu bozulmanın en ciddi olanı, dikey ekseninde geri-ileri hareketli sarkacın sağ-sol hareketinde 45 derecelik bir sapma olmasıdır (SAĞ8,5, SOL11. Bkz. Şekil 10-2). Sarkacın hareketi ne kadar büyükse, enerji akımındaki bozukluk da o kadar büyük demektir. Örneğin, şakra 4B için SAĞ17 ölçümü, kişinin, şartlar ne olursa olsun saldırganlığını kullanarak istediğini aldığını göstermektedir.

Aynı genel kural, sarkacın ileri-geri salınımını ölçmede bunun dikey (bedenin dikey eksenine paralel) ya da yatay (bedenin dikey eksenine dik) oluşu için de geçerlidir. Dikey durum, kişinin enerjisini dikey ekseninde yukarı doğru yönelttiğini ve kişisel ilişkilerden kaçındığını göstermektedir. Yatay sarkaç hareketi, kişinin yine insanlarla ilişkiden kaçmak için enerji akışını sıkıştırdığını ve durdurduğunu gösterir. Örneğin, şakra 3A için sarkaçla D14 ölçümü, kişinin ilişkilerini dikey ve ruhsal yönde odakladığını ve bir başka insan ile doğrudan ilişkiye girmekten kaçındığını gösterir. Evrendeki yerini, ruhsal bakış

açısı ile tarif eder ve insanlara bağlı olmaktan kesinlikle kaçır. Aynı şakradaki Y14 hali, kişinin diğer insanlarla ruhsal düzeyde de, insani düzeyde de iletişim kurmadığını gösterir. Bu da kişisel izolasyona yol açabilir. Bu belirgin hareket, az kullanım ve sıkıştırmadan dolayı sabit şakra (S) haline geçebilir. Böyle bir durumda, güçlü bir psikodinamik çalışma gerekir.

Kişi, varlığının belirli bir yönü üstünde psikolojik çalışma yapmaya içsel bir kararla ya da dışsal bir koşulun zorlamasıyla başlamışsa, bu durum kendini söz konusu şakra ya da şakralarda, Şekil 10-2'de olduğu gibi kaotik ya da asimetrik hareket halinde gösterir (SYEEKD, SYTEEKD). Bu da sarkaç hareketinin bozulmasına yol açar, eliptik hareket ile değişen eksen birbirine karışır. Önce, bu hareket başlangıç seviyesindeki öğrenciyi şaşırtır, sarkaç ancak uzun süre şakra üzerinde tutulursa değişiklik gözlenebilir. Sarkacın dönme hareketi, Şekil 10-2'deki son iki madde gibi görünür. Böyle bir hareket gözlemlendiğinde, terapist hastada incelenecek birçok şey olduğunu anlar. Konu üzerinde daha derin bir çalışma yapmanın zamanıdır ancak aynı zamanda hasta-ya bolca şahsi zaman ve kendi incelemesini/dö-

nüfûsünü gerçekleştirmesi için de yeterli mekan vermek gerekir. Eğer birkaç gün için işinden izin alabilir ve günlük yaşamının rutininden kopabilirse, büyük bir kişisel değişimi gerçekleştirebilir. Bunu, bir haftalık derin kişisel dönüşüm çalışması ile gerçekleştiren insanlarda hep gözliyorum.

Terapist sarkaç kullanımında etkinleştikçe, ölçümlerde daha çok "nitelik" bulmaya başlar. Salınım oranı (sarkacın ne kadar hızlı hareket ettiği), şakra boyunca metabolize edilen enerji miktarını gösterir. Terapist pratik yaparak sıkılık, gerilim, coşku, ağırlık, üzüntü, matem, huzur ve berraklık gibi nitelikleri fark edebilir. Hızlı bir salınım sıkı ve hızlı olabilir; bu da o bölgede fazla çalışma, gerilim ve baskıya işaret eder. Hızlı bir salınım, coşkunluk hissiyle de bütünleşmiş olabilir; bu da o bölgede pozitif bir saldırganlığı göstermektedir. Demek ki, şakradan geçen enerji akışına ne kadar keskin bir duyarlılık gelişirse, terapist de hastanın durumu hakkında daha iyi bilgi edinme şansına sahip olur. Şakranın ne kadar tutarlı olduğunu, bu durumda yaklaşık ne kadar kaldığını, iki durum arasında gidip gelmediğini ve daha fazlasını söyleyebilir. Şakra, ölçüm süresinin %20'sinde ya da %80'inde açık olabilir. Bu da hassas bir terapist tarafından algılanabilir. Bu da elbette doğrulama pratiği ile sağlanır.

Şakralar, terapi sürecindeki yoğun çalışma ile kapalı durumdan açık duruma doğru farklı safhalardan geçerler. Kişinin inanç sistemini değiştirme süreci, şakranın hareketini yeniden yönlendirir. Devamlı olarak geniş bir çapla kapalı bulunan bir şakra (SYT17), zamanla bu çapı daraltır ve SY17'ye ulaşmaya kadar açıklık çapını artırır. Veya genellikle SYT17 olarak ölçülen bir şakra, mesela kalp ya da solar plexus şakrası, beş dakikalık şiddetli bir ağlamayla SY17'ye dönüşebilir. Bu tarz bir değişim fazla uzun sürmeyebilir ama kişi bunun üzerinde çalışmaya devam ederse, "açık" olma durumu daha uzun sürme eğilimi göstermeye başlar. Bu da, dengeli bir işlev şansını artırır, kişi de kendini daha uzun zaman aralıklarında mutlu hissetmeye başlar. Uzun bir süre sonra, şakra en sonunda tutarlı hale girer ve nadiren kapalı kalmaya başlar. Kişi de böylece, yanlış işlev görerek günlük hayatının iş-

leyişine müdahale eden bir başka şakra üzerinde çalışmaya başlayabilir.

Kronik olarak kapalı kalan bir şakranın, terapi seansları ile açılması durumunda, bunu telafi etmek için bir başka açık şakranın kapanabildiğini gördüm. Kişilik, başlangıçta hayali de olsa bir miktar "korunma" olmaksızın bu yeni "açılmış" hali tolere edememektedir.

Yoğun İnziva Vakası Çalışması

Şimdi, bir vaka incelemesi sırasında gerçekten ölçülmüş şakra konfigürasyonlarına bir bakalım. New York, Phoenicia'daki Phoenicia Pathwork Center'a gelmiş olan bir kadın vardı ve kendisi üzerinde yoğun bir çalışma uygulamak üzere iki ayrı birer haftalık inziva programına girmişti. İlk 1979'da idi, ikincisi ise 1981'de. İkinci kez gelişinde, yeni kocası ile beraberdi, yoğun bir çiftler çalışması uygulamışlardı. Şakra ölçümleri, haftalık çalışma başlamadan önce ve tabi ki haftalık çalışma bittikten sonra yapıldı. Tüm ölçümler, kadının oldukça sakin olduğu bir durumda iken alındı. Bunları Şekil 10-3'te göreceksiniz. Bunları yorumlayabilmek için, Şekil 7-3, Şekil 9-1 ve Şekil 10-2'ye yeniden bakmalısınız.

Ölçümlerde de gördüğünüz gibi, en dengeli işlev gösteren merkezler akıl ile ilgili olanlar; sonra duygularla, en sonda da irade ile ilgili olanlar geliyor. Bu demek oluyor ki, kadının özellikle gerçeklik kavramlarında (6A) ve kişilik ve ruhsallığın bütünleşmesi konusunda (7) iyi işleyen sağlam bir zihni var.

Zihinsel yönetici irade merkezi (6B) genellikle sağ-sol bölünmüşlük gösteriyor, yani fikirlerini adım adım yürürlüğe koyma ile ilgili konularda kadın, edilgen davranmasının daha uygun olduğu yerlerde saldırgan bir hale geliyor. Ne yapılacağına karar verdiğinde, başlamak için uygun zaman olup olmadığına bakmaksızın, adım adım uygulamaya koyuyordu. İlk inzivada, bu merkez saldırgandı. İlk inziva tamamlandığında merkez sakinleşmişti, artık saldırgan değildi ama tamamen hareketsizdi. Bu sabitlik konfigürasyonu, genelde zamanla olduğu gibi dengeye kavuşmadı. Kadın iki yıl sonra tekrar geldiğinde, merkez yine saldırgandı ve bu durum,

Şekil 10-3
YOĞUN İNZİVA VAKASI ÇALIŞMASI
ŞAKRA OKUMALARI

ŞAKRA	1979		1981	
	Önce	Sonra	Önce	Sonra
Taç merkezi (7)	SY17	SY17	SY14	SY14
Yönetici irade (6B)	SYESAĞ11	S	SAĞ11	SYESAĞ17
Mesleki irade (5B)	SYT8,5	SYESAĞ8,5	SYT8,5	SY11
Dış ego iradesi (4B)	SY14	SY14	SYT14	SY14
Sağlık iradesi (3B)	SYESAĞ8,5	SYT8,5	SYEY11	SY11
Cinsel irade (2B)	SYT11	SYT11	SYT11	SY11
Kavramsal (6A)	SY11	SY14	SY14	SY14
Kabul edicilik/ Sorumluluk (5A)	SOL11	SYESAĞ11	SY14	SY8,5
Sevme (4A)	SY8,5	SY11	SY11	SY11
Evrensel bilgi (3A)	SYT11	SY8,5	SYT8,5	SY14
Cinselliği kabul edici (2A)	SY11	SY11	SYEEKD11	SY14

ikinci inzivada da değişmedi. Son ölçümler sırasında, kadın hala fikirlerini hayata taşımada aşırı saldırganlık göstermekteydi. Bu, şakralarında değişiklik göstermeyen tek durumdu. Diğer tüm şakralar ikinci inziva sonucunda dengeye kavuşmuşlardı.

Diğer irade merkezleri de sorunluydu, birer haftalık çalışmalar sırasında birinden biri dengeli işlev göstermiyordu. Kadın 1979'da geldiğinde 5B, 3B ve 2B şakraları iyi işlememekteydi. Gurur (şakra 5B), kendi kendini yıkıcılık (şakra 3B) ve cinsel gücü bastırma hakkında olumsuz saldırganlık gösteriyordu. Cinsel gücünü, şakra 2B'deki enerji akışını dört parçaya ayırarak (sarkaç dört ayrı ve belirli bölüm göstermişti) ve bunu, eski kocası ile kavga etmek gibi olumsuz biçimlerde bastırmaktaydı. İlk inzivadan sonra, irade işlevlerindeki tek ilerleme gurur bölgesinde sağlanmıştı; gurur bastırılmış ve meslek bölgesinde (5B) olumlu işlev olarak kendini göstermişti. Ancak hala gurur, bu bölgedeki yetersizlik duygula-

rını telafi etmek için kullanılıyordu. İki yıl sonra tekrar geldiğinde, hala irade merkezindeki aynı sorunlarla uğraşıyordu. Bu da ikinci yoğun inziva çalışmasında giderildi ve tüm irade merkezleri iyi işlemeye başladı.

Duygu merkezlerinde de bazı zorluklar vardı, fakat irade merkezlerindeki kadar değildi. Kalp merkezi (4A) bu iki yıl boyunca açık kalmıştı (sevme konusunda gerçekten başarılıydı). Boğaz merkezi (5A) beslenme konusunda başarısızdı ve ihtiyaçlarını saldırganca reddetmekteydi. Bu, ilk hafta sonunda yumuşatıldı ve çözüldü ve iki yıl sonra tekrar geldiğinde özellikle de aşık olduğu adamla kurduğu güzel ilişki sayesinde çözülmüştü. Öte yandan, evrende kim olduğunuz ile ilgili olan solar pleksus merkezi (3A), ilk gelişinde kapalıydı. İnziva ile açıldı fakat ikinci çalışmaya kadar yine kapalı kaldı. İkinci inzivanın sonunda tekrar açıldı ve enerji metabolize etmeye başladı.

Bu iki çalışma boyunca, kadının sevdiği adam ile ilişkisi daha tutarlı hale geldikçe ve çiftler çalışmasında daha iyi tanımlandıkça, cinsel alandaki sorunlar da ortadan kalktı.

İlk inziva sırasında, his merkezlerini açtı ve evrensel hisler dünyasında kendini daha güvende hissetmeye başladı. İkinci inzivada, irade merkezleri kadar kapalı olmayan his merkezleri üzerinde çok çalışıldı ve sonuç olarak onları dengeli bir şekilde kullanmaya başlayabildi. Ölçümlerden de anlayabileceğiniz gibi, çoğu şakralar geniş çaplara sahipti, yani kişinin güçlü bir enerji akımı vardı.

Taç, üçüncü göz ve kalp merkezlerinin bu iki yıl boyunca açık kalması ilginçtir. Bu da, onun ruhsal ve kavramsal gerçekliğe bağlı olduğunu ve sevme yetisinin bulunduğunu gösterir. Kişiliğinin genel tablosu şuydu; öncelikli açık işlevi akıldı ve iradesiyle ilgili incinebilir duygularına telafi olarak geliştirdiği tepki de saldırganlıktı.

Dediğim gibi, ikinci çalışmanın sonunda, yönetici irade merkezleri dışındakiler oldukça sağlıklı işler hale gelmişti. Şakraları böyle kaldığı sürece kadının akıl, irade ve duygusal işlevleri dengede kalacak ve daha mutlu, dengeli bir hayata sahip olacaktı.

Hatırlayalım:

1. Sarkacın SY17 ölçümü, dördüncü şakranın ön unsuruna dair ne söylemektedir?
2. Sarkacın SYT14 ölçümü, üçüncü şakranın arka unsuruna dair ne söylemektedir?
3. Sarkacın D17 ölçümü, ikinci şakranın ön unsuru hakkında ne söylemektedir?
4. Sarkacın SYT11 ölçümü, beşinci şakranın ön unsuru hakkında fiziksel ve psikolojik olarak ne söylemektedir?

5. Sarkacın Y14 ölçümü, ikinci şakranın arka unsuru için ne söylemektedir?

Üstünde Düşünelim:

6. Kalp ve cinsellik şakralarını açmak için çalıştığınız bir hasta ile başarılı bir sonuç elde ederseniz, solar pleksus şakrası kapanabilir, neden? Bu normal midir?

11. Bölüm

TERAPİ SEANSLARINDA AURA GÖZLEMLERİ

Aura, biyoloji ve fiziksel tıp ile psikoterapi arasındaki "kayıp halka"dır. Terapilerde tartıştığımız tüm duyguların, düşüncelerin, anıların ve davranış kalıplarının bulunduğu "yer"dir. Sadece düş gücümüzde yer verdiğimiz bir şey değildir, zaman ve mekanda yer kaplar. Duygu ve düşünceler, insan enerji alanları yoluyla insanlar arasında gidip gelirler; ve bunun nasıl olduğunu öğrenerek bu aktiviteye hakim olabiliriz. Şimdi gelin, insanlar günlük hayatlarında ve terapi seanslarında yol alırken auraların akışkan enerji akımlarından bazılarını bakalım. Auranın aşağı dört katmanındaki renkli hareketli formlar üzerinde duracağız ve şakralarla ilgili tartışmamıza ilerki kısımlarda tekrar döneceğiz.

Alanlardaki Renkleri Algılamak

Kişi auraları okumaya başladığında, renklerin anlamlarını doğrudan kavrayamayabilir. Çalışma ve pratikle, renklerin genel anlamı giderek açık hale gelir. Kişi, giderek yeteneğini bu renkleri ve anlamlarını algılama üzerinde yoğunlaştırarak kullanabilir hale gelebilir (Renkler, "Renk ve Ses ile Şifa" başlıklı bölümde detaylı bir biçimde incelenecektir).

İnsan enerji alanında gözlemlediğim ilk "patlama"lardan biri, hala en canlısı. 1972'de bir biyoenerjetik/ilk çığlık yoğun atölye çalışması sırasında, babasının kanser sonucu ölmesinden sonra haykıran Linda'nın yılbaşı ağacı gibi ışıklar saçtığını gördüm. Başının etrafından kırmızı, sarı, turuncu ve mavi parlak ışık demetleri yayılıyordu. Gözlerimi kapayıp açtım ama yok olmamıştı. Gözlerimi kısıtım; odada dolaştım; tekrar baktım, hala oradaydı. Bir şey görüyordum. İnsanların başlarının etrafında ışıklar gördüğüm deneyimlerimi inkar edemeyecek hale gelmiştim. Olayı daha yakından gözlemeye başladım.

Aurayı gözlemlemede daha yeterli hale gelmeye başladığım zaman, her hastamın kişisel durumu ile bulgularım arasında bağlantılar kurmayı denedim. İnsanların, duygularla veya hareketlerle ilgili ışıklar saçtığını anladım. Onlar sakin oldukları zaman, auraları da normal ve sakin haline dönüyordu.

Genel olarak, "normal" ve "sakin" auranın, Şekil 7-1'deki gibi olduğunu belirledim. Deriden yarım cm ile dört cm yükselen, koyu mavi-mor veya parlak titreşimler saçan bir dış katmanı vardı. Dakikada 15 kez olacak şekilde sürekli titreşim yayıyordu. Bunlar kollar, bacaklar ve gövdeden dalgalar halinde yayılıyordu. Bedene yakın olan açık mavi-gri sisli tabaka, uzaklaştıkça soluyordu. Mavi renk, başın çevresinde ve 8,5 ile 11 cm uzaklıkta, sarıya dönüşüyordu. El ve ayak parmak uçları ve başın tepesinden de açık mavi akıntılar yayılıyordu. Pek çok insanın birkaç dakikalık pratikle ve anlaşılır talimatlar sayesinde kısa zamanda bu küçük akıntıları görebilir hale geldiklerini gördüm. Çoğu zaman bunlar mavi olsa da, kırmızı ve mor haline de gelebiliyordu. Herhangi bir renkte olabiliyorlardı.

Egzersiz: Diğer İnsanların Auralarını Gözlemlemek

"İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" başlıklı bölümde parmak uçlarındaki aurayı görme egzersizini yapmıştınız; şimdi sıra, başkalarının auralarını görmeye geldi.

Yine karanlık bir odaya ihtiyacımız var; ama zifiri değil, akşam karanlığı. Birbirinizin yüzlerini görebilmelisiniz. Arkadaşınıza, beyaz bir duvar ya da perdenin önüne geçmesini söyleyin. Kazara bakacağınız ışık kaynaklarının ortamda bulunmamasına dikkat edin. Gözlerinizi rahatlatın.

Aurayı görmek için, gece görüşünüzü kullanın; hani karanlıkta yürür ve doğrudan bakmazsanız, her şeyi daha iyi görebildiğiniz hali. Gözünüzün konilerini değil de, yan kısımlarını kullanmaktasınız. Bunlar, gün ışığına ya da parlak renklere duyarlı olan göz yuvarlarının orta kısımlarına göre parlak olmayan zayıf ışıklara karşı daha hassastırlar.

Arkadaşınızın başı ya da boyun-omuz çevresindeki alana bakın. Tek bir hatta bakmayın ve gözlerinizi odaklamayın. Başın yaklaşık 15 cm civarındaki alana bakın ve ışığın gözlerinize girmesine izin verin. Zor bir şeyi görmeye çalışıyor gibi davranmak yerine, bu ışığı rahat bir şekilde duyumsamaya çalışın. Birkaç kez deneyin bunu. Başka insanlarla da deneyin ve aralarında karşılaştırma yapın.

Bir şey gördüğünüzü düşünüp "İşte bu!" demenize fırsat kalmadan görüntü kaybolabilir. Duvardaki boş bir noktaya baktığınızda da aynı şeyi görmediğinizden emin olmalısınız. Bu, genellikle renk ve yoğunluk kontrastından kaynaklanan bir imge sonrası etkisidir. Aurik fenomen hızlıdır ve kalmaz. Nabız gibi atar. Kol boyunca indiğini ya da yukarı doğru bir renk vererek parladığını görebilirsiniz. Onu bedeninin çevresinde pek heyecan verici olmayan bir sis olarak da görebilirsiniz. Hayal kırıklığına uğramayın; bu daha başlangıç.

Doğal bütünsellikle ilgili malzemeler satan dükkanlardan bir aura gözlüğü almanız da faydalı olabilir. Bu da gözlerinizdeki duyarlılığı artırabilir. Kobalt mavisi en iyi renktir ama bulması zordur. Aura gözlükleri genellikle koyu mor olurlar ve bu da oldukça iyidir.

Hiçbir egzersizi uzun süre yapmayın, bir süre sonra kendinizi çok yorgun hissedebilirsiniz. Böyle yapan ve ilk andaki heyecanlarını yitirerek şüpheye düşen, enerji sistemlerini yoran bir grubu gözlemlemiştim. Kısa süre sonra bir oda dolusu suskun, yorgun insan haline geldiler. Her gün azar azar pratik yapmanız daha iyi olur. Sonra da illüstrasyonlar ve açıklamalara bakarak neler gördüğünüzü kontrol edersiniz.

Bir insan güçlü bir hisse sahipse, sakın aurasına, içine girdiği hal ile ilgili olarak birden başka renk ve formlar sızar. Sonra bu durum geçince, aura yine eski halini almaya başlar. Bunun sü-

resi, kişiye ve birkaç farklı faktöre göre değişir. Eğer kişi söz konusu histen kurtulamadıysa, bu da aurasında (sönük olarak) yansımaya devam eder. Hissin bir kısmı zayıfladıysa, auraya da bu şekilde yansır. Renkler ve formlar hızlı bir şekilde aurada hareket eder ve yansır ya da birkaç dakika veya haftalık bir sürede yavaş yavaş solar. Katmanlaşma etkisiyle, başka renkler ve formlarla örtülebilirler. Daha sonra bahsedeceğim bazı formlar, aurada yıllarca kalabilir. Her his, düşünce ve deneyim kişinin aurasını etkiler ve değiştirir. Bazı etkiler sabit kalır.

Şekil 11-1A, bir adamın normal aurasını gösterir. Şarkı söyleyince (Şekil 11-1B) aura genişler ve parlaklaşır. Parlak ışık ve mavi-mor yanardöner kıvılcımlar, adamın her nefes alma hareketinden sonra ve her yeni dizeye başlamasından önce ortaya çıkar. Dinleyiciler ne kadar dikkatle dinlerse, onların genel aurası da bir o kadar genişler. Şarkıcının aurasından güzel ışık demetleri yayılır ve dinleyicilere ulaşır, böylece auraları kaynaşır. İki taraf arasında bu duygu akışı oldukça, yeni bir ortak form ortaya çıkar. Bu enerji-şuur formları, grup ve müziğin yarattığı duygu ve düşüncelerden etkilenen renkte ve yapıdadır. Şarkının sonunda bu formlar kopar ve bir sonraki yaratışa dek alanı tertemiz eden bir silgi gibi iş gören alkışlarla yıkılır. Hem icracı hem de dinleyiciler, müziğin yarattığı enerjiyi özümseyerek enerji dolarlar. Bu enerjinin bir kısmı bedendeki blokları yıkmak için içselleştirilir, bir kısmı da bir sonraki formu kurmak için kullanılır.

Sevdiği konuda konuşma yapan bir kişiyi alalım; Şekil 11-1C'de görüldüğü gibi, aurası altın sarısı ile gümüş ya da yanıp sönen mavi kıvılcımlarla genişlemiştir. Bu kez sarı-altın sarısı renginde görülen zihinsel enerjilerin yoğun olduğu aynı dinleyici-konuşmacı olayı gerçekleşir. Dersden sonra, konuşmacının aurası bu genişliği bir süre korur, yaptığı çalışmadan dolayı memnundur. Enerji şuurı bakımından karşılıklı bir etkileşim olmuştur. Pek çok dinleyicinin titreşim düzeyi yükselmiştir. Şekil 11-1D, eğitime tutkusu hakkında konuşan bir adamın aurasını göstermektedir. Dinleyenler muhtemelen onun pembe-kestan renginin bir kısmını alacaklardır. Bu durum, kişinin titreşimlerini uyumlu endüksiyon ile üst

düzeye çekmesiyle gerçekleşir. Sevgi, aurada güzel bir gül pembesi gibi yayılır. Bazen bu rengin içinde altın sarısı da vardır. Ruhsal hisler, bir renk çeşitliliğine sahiptir; hakikati anlatanlar için mavi, ruhsallık için mor ve saflık için gümüşü altın sarısı.

İnsanlar bazen giymekten hoşlandıkları renge benzer ışımlar yayarlar. Şekil 11-1E, (psikodinamikleri anlamaya yardım eden hisleri ortaya çıkarmaya odaklanmış fiziksel egzersiz dersi olan) öz enerji dersi sonrasında bir kadını göstermektedir. Sık sık giydiği bu yeşil renk, fiziksel sağlık ve şifa ile ilişkilidir. Bir başka örnekte, Şekil 11-1F, en sevdiği giysisi olan lila rengi tişörtü giyen bir adamın lila rengi ışıma yaydığını gösteriyor. Bu da adamdaki sevgi dolu hisleri ve yumuşaklığı simgeliyor. Şekil 11-1G, pek çok renk gösteren enerji alanını genişletmek için meditasyon yapan bir kadını gösteriyor; bu renkler sıvı gibi kadının üzerinden akmaktadır. Kürek kemiklerinin arasındaki irade merkezi kısmen görünür haldedir.

Bir kadın hamile kaldığında alanı genişler ve daha parlak hale gelir. Şekil 11-1H, bir kız çocuğu doğuracak olan altı aylık hamile bir kadını göstermektedir. Müstakbel anne, omuzlarından aşağıya dökülen güzel yumuşak mavi, pembe, sarı ve yeşil yumuşak toprak taşımaktadır.

Bunlar, insan enerji alanının sadece fiziksel ve psikolojik düzeyde meydana geldiğini gördüğümüz her şeyle nasıl iç içe ve yapısı gereği bağlantılı olduğunu gösteren örneklerden sadece birkaçıdır.

Öfke ve Diğer Olumsuz Duygular

Kırmızı her zaman öfke ile ilişkilendirilir. Ancak, bir gün 11 yaşındaki mutlu, enerjik oğlum neşayle oynarken aynen Şekil 11-2A'daki gibi, başından parlak kırmızı ve turuncu ışımlar yayıyordu. Kırmızı rengin niteliği, öfkeyi belirleyen şeydir. Parlak kırmızı turuncu öfke değildir; canlı yaşam gücüdür. İlk çığlık egzersizinde bahsettiğim kadının tamamen patlayan tepkisi, Şekil 11-2B'de gösterilmiştir. Pek çok duyguyu birarada taşımaktadır, bu da pek çok renk olmasına yol açar. Yoğundurlar, bundan dolayı da aurada, be-

denden yayılan güçlü ışık demetleri olarak görünürler.

Kızgın bir insanın aurasında koyu kırmızı renk görünür. Öfke ifade edildiğinde, Şekil 11-2C'deki gibi ışık parlamaları ya da yıldırımlar gibi görünür. Bunu pek çok grupta ve seansta gözlemledim.

Tam tersine, Şekil 11-2D kızgınlığı ve acısı dinmeyen bir insanı göstermekte. Kırmızı nokta boğaz bölgesinden yayıldıkça, yavaş yavaş dışarı hareket etmişti. Bir saniye sonra grup lideri kadına, fikrime göre incitici bir yorum yaptı. Bu noktada, kırmızı nokta hızla kadının bedenine ve kalp bölgesine geri döndü. Kalbine vardığı zaman, kadın ağlamaya başladı. Bu ağlama, arındırıcı türden değildi, daha çok "zavallı ben, ben kurbanım" şeklindeydi. Bu olayı yorumlayışım, kadının kendi öfkesi ile kendi kalbini bıçakladığı şeklindeydi.

Diğer yandan korku, beyazımsı gri bir renge sahiptir ve aurada dikensi bir görünüştedir. Bakması hoş değildir ve kokusu da iticidir. Haset, koyu, kirli bir yeşildir ve yapış yapıştır. Üzüntü koyu gridir, tıpkı çizgi filmlerde üzgün insanların başlarının tepesinde dolaşan gri bulut gibi. Hayal kırıklığı ve alınganlık muhtemelen koyu kırmızı tonlarda olacaktır, fakat daha çok başkalarının enerji alanlarına çarpan düzensiz titreşimlerinden fark edilirler; hoş olmayan hisler yaratırlar. Kişinin arkadaşının böyle bir duruma tepkisi, genellikle olumsuz duygusunu doğrudan ifade ederek bir şekilde ortaya koymak olur. Örneğin, karşısındaki ona "Kızgın mısın?" diye sorduğunda, öfke ile cevap verir: "Hayır!" Böylece bu rahatsız edici müdahalenin birazı serbest kalır.

Uyuşturucuların Auraya Etkisi

LSD, marihuana, kokain ve alkol auranın parlak, sağlıklı renkleri için zararlıdır ve tıpkı hastalıkların yaptığı gibi bir "esiri sümük" oluşturur. Şekil 11-2E, kokain çeken birinin aurasının durumunu göstermektedir. Her cumartesi gecesi kokain çekmekte olan adamın, salı günkü seansta başının ve yüzünün sağ tarafında gri ve yapış yapış esiri sümük görülmektedir, ancak sol taraf daha temiz

kalmıştır. Bir burun deliğini diğerine göre daha mı sık kullandığını sorduğumda, sanmıyorum, demişti. Onunla tekrar tekrar yüzleşmem (çünkü her kokain kullanışında bunu söyleyebiliyordum) ve "esiri sümüğünü" açık açık tarif edişim, onun bu alışkanlıktan vazgeçmesine yardımcı oldu.

Şekil 11-2F, bolca LSD ve alkol kullanan bir adamın aurasını gösteriyor. Aura, kirli yeşil-kahverengi. Kirli yeşil nokta, aşağı doğru yavaşça hareket ediyor ve serbest kalmıyor; adamın karışık, ayırt edilmemiş, saklanmış öfke, haset ve acı hisleriyle uyum gösteriyor. Eğer bu duyguları ayırabilse ve onların temelini anlayarak ifade edip serbest bırakabilseydi, eminim bu nokta ilgili renklere parlak biçimde ayrılacaktı; kırmızı, yeşil, gri ve yok olacaktı. Ancak, alanındaki koyu kirlenmenin miktarı yüzünden, bu adamın enerji seviyesini duygularını netleştirip ortadan kaldıracak kadar yükseltebilmesi için esiri sümüğü ortadan kaldırmak üzere yapması gereken çokça enerjetik temizlenme söz konusuydu.

Auradaki "Aşık" Ağırlık

Şekil 11-2G, yıllarca LSD ve marihuana gibi uyuşturucularla haşır neşir olmuş bir adamın kirli yeşil aurasını göstermekte. Bu deneyimlerden kalan atıklar auranın sağ üst kısmında birikmiş. Anlaşılan bir ağırlığı var ki, adam başını her zaman formu dengeleyecek açıda tutmuş. Bu form, haftalar boyunca bu şekilde korunuyor. Gösterdiğim zaman, kendisi de fark etti (aynaya baktı). Bu formu ortadan kaldırmak için (daha önce de belirtildiği üzere) uyuşturucuyu bırakmak ve alanını temizlemek zorundaydı. Bedensel çalışmanın yanı sıra, oruç ve arındırıcı bir diyet önerdim. Böylece enerji alanını yeniden güçlendirebilecek ve dağıtabilmek için bu birikmiş atık formu kırabilecekti.

Şekil 11-2H, sümüksü yapıyla ilişkili "aşık" bir ağırlık vakasını daha göstermekte. Bu kadın, yıllar boyunca "iyi kız" olmuştu ve en sonunda asiliğine kavuştu. "İyi" olmayı bıraktı ve seans sırasında öfkeli hareketler sergileyemeye başladı. Sandalyeleri devirdi hatta kağıt mendil kutusunu paramparça etti. Seanstan özgürleşmiş

halde çıkıp gitti. Ancak ertesi hafta, sinmiş ve içine çekilmiş bir vaziyette büroma geldi, berbat bir baş ağrısı çekiyordu. Dikkatli hareket ediyor, omuzlarını yukarı kaldırıyor. İşte o anda, başının üstünde kocaman bir sümüksü kütle fark ettim. Anlaşıldığına göre, bu yapı önceki seansta açığa çıkmış ve orada birikmişti. (Biyoenetik çalışmada toksin boşalması olayı iyi bilinmektedir. Güçlü enerji akışı, dokulardaki toksinleri ortadan kaldırır. Bazen insanlar bu derin çalışmadan sonra "hastalanırlar". Bu rahatsızlığa "Numardan Nezle" diyoruz.) Hastam artık "asi" değildi, fakat daha çok kendini cezalandıran mazoist bir tavır içindeydi. Seansı, fiziksel hareketlerle başlatmayı önerdim. Sanki bir kırbaçmış gibi bedeninin ön kısmını aniden öne eğmesini istedim. Yaptığı zaman, sümüksü kütle bedeninden öne doğru fırladı, kadının doksan cm kadar önüne dek genişledi. Kadın sanki ağır bir yük altındaymış gibi öne yıkılmaya başladı (Şekil 11-2H). Kendini tuttu ve sümüksü kütle sanki lastikliymiş gibi başına geri döndü. Kadın az daha arkası üstü düşüyordu. Bu hareketi tekrarlamaktan korktuğu için, ayaklarından başlayarak bacaklarında yoğunlaşan ve kendisini destekleyen dünyayı hissetmesini sağlayacak egzersizlerde yoğunlaştık. Buna topraklama egzersizi denir. Seansın sonunda sümüksü kütle kendini ince bir katman olarak kadının bedeninin üstüne yaymıştı. Baş ağrısı geçmişti. Bu tabakanın tamamen ortadan kalkması için bedensel çalışmaları sürdürdük.

Egzersiz: Enerji Alanının Aşık Ağırlığını Deneyimlemek

Auradaki ağırlığın etkisini deneyimleyebilmeniz için, özellikle Aikido sınıflarında uygulanan bir çalışma işe yarayacaktır.

Her iki yanınızda duran iki kişi olsun. Bunlar kollarınızın üst kısımlarından kavrayarak sizi kaldırmaya çalışacaklar. Bunu yaptıkları zaman, sizi itmediklerinden ve dik olarak kaldırdıklarından emin olun; aksi takdirde köklerinizi kırabilirler.

Önce ne kadar ağırlığınızın olduğunu duyumsamaya çalışın. Sizi kaldırmaları kolay mı,

zor mu anlayın. Sonra enerji alanınızı yükseltmeye çalışın. "Yukarı"yı düşünün, tavana odaklanın. İyice odaklandığınızda tekrar denemelerini isteyin. Daha mı kolaydı?

Şimdi de yer ile bağlantınızı artırmak üzerinde yoğunlaşın. Parmaklarınızdan ve tabanlarınızdan kökler çıkartıp zeminin derinliklerine gönderin ve dünyayı hissedin. Yer ile olan güçlü enerjik bağınıza konsantre olun. İyice odaklandığınız zaman, tekrar denemelerini isteyin. Daha ağır ve kaldırmayı zor musunuz? Muhtemelen.

Auradaki "Ayrışmış Düşünce Şekilleri"

Biyoenerjik uygulamasıyla geçen yıllarım sırasında, gerçekliğin hareket eden mekanları diye nitelendirdiğim olaylara tanık olmuştum. Bu alanları, topografi biliminde seçilen ve üzerinde matematiksel operasyonlar ile tanımlamalar yapılan arazilere benzetiyorum. Psikodinamikler açısından, gerçekliğin kavrayış ve yanlış kavrayışları ile beraber yürüyen düşünce şekillerini içeren "inanç sistemleri" ya da "gerçeklik mekanları" vardır. Her düşünce şekli, kendi gerçeklik tanımlamasını içerir; erkekler zalimdir, aşk zayıftır, kontrol etmek güven ve güç verir gibi. Gözlemlerime göre, kişiler günlük deneyimlerini edindikçe, bu düşünce şekli grupları tarafından tanımlanan gerçeklik "mekanları" veya düzeyleri arasında gidip gelirler. Dünya, her gerçeklik grubu ya da mekanında farklı farklı deneyimlenir.

Bu düşünce şekilleri enerjiktir, gözlemlenebilen gerçekliklerdir ve çeşitli yoğunluklarda renkler yayarlar. Bu yoğunluk ve biçim tanımı, kişinin verdiği enerji ya da öneme göre değişir. Düşünce şekilleri, sahiplerinin huy haline gelmiş düşünceleri ile yaratılır, kurulur ve sürdürülürler. Düşünce ne kadar kesin ve açıksa, şekil de o kadar kesindir. Bu düşüncelerle el ele giden duyguların doğası ve gücü; şekle rengini, yoğunluğunu ve gücünü verir. Örneğin, "Beni terk edecek," korkusunun sürekli düşünülmesi, bir düşünce şeklini oluşturabilir. Bu düşünce şeklinin yaratıcısı, sürekli olarak bu kesinlikle olacakmış gibi davranır. Böylece düşünce şeklinin enerji alanı, kişinin alanını olumsuz yolda etkiler. Şuur-

lu ya da şuursuz olarak bu düşünce şekli güçlendikçe, korkulan sonun gerçekleşmesi ihtimali de artmış olur. Genellikle bu düşünce şekilleri kişilik ile uyumludur ve özellikle dikkati çekmezler. Çocuklukta başlar ve çocuğun muhakeme gücüne bağlıdır, zamanla da kişilik ile otururlar. Kişinin pek dikkat etmediği, yanında taşıdığı ağır bir valiz gibidirler. Bu düşünce şekli kümesi ya da inanç sistemleri, kişinin dış gerçekliğinde pek çok "etkiyi" çekerler.

Bu şekiller şuuraltında gömülmeyp şuuruluğun kenarında dolaştıkları için, Öz Enerjik (Core Energetics) beden çalışmalarıyla, kelime eşleştirme oyunları ve meditasyon ile onlara ulaşılabilir. İlgili duygular ifade edilerek bu düşünce şekilleri şuurun odağına getirilebilir ve bu duygular hafifletilerek söz konusu düşünce şekli de değiştirilebilir. Bu süreç, formları oluşturan gerçeklik hakkında farz edilenlere dair daha açık görüş sahibi olmamızı sağlar. Geçersiz varsayımlar (bunların çocuklukta mantık üzerine oturduğunu söylemiştik) açığa çıkartıldığı, görüldüğü ve azaltıldığı zaman daha olgun, açık gerçeklik görüşü taşıyanlarla yer değiştirir ve bunun sonucu da daha olumlu hayat deneyimleri edinmek olur.

Bazı kişiliklerde, bu düşünce şekilleri bağımsızdır ve kişinin şuru, diğerlerinin farkına varmaksızın tek bir mekana nadiren tamamen dalmaktadır, böylece kişi, günlük yaşamı ile ileri düzeyde bir bütünleşme sağlamıştır.

Öte yandan, farklı bir tip kişilik ise bir gerçeklik mekanından bir başkasına rahatça geçebilmekte ancak bunların arasında bağlantı olduğunu fark etmeyebilmektedir. Bu dinamik akışı bütünleyemez ya da anlayamaz ve karışıklık içinde yaşar, özellikle de belirli bir kronik devirsel akış başladığı zaman. Umutsuz bir şekilde karmaşık halde kalan kişi, kendini otomatik bir biçimde bir düşünceden diğerine sıçrarken bulur ve olay bütünüyle halledilmeden kendini bu kronik devirden kurtaramaz.

Kişi farklı bir gerçeklik durumuna, ancak bu devirsel düşünce şekli tüm enerjiyi tükettiği için geçebilir. Bunu nasıl yaptığını da bilmediği için aynı durumla bir daha karşılaştığında kendini bu zorluktan nasıl kurtaracağını bilemez. Bu gerçeklik mekanları coşku dolu olabilir; tıpkı kişinin

ünlü ve zengin olmayı kurduğu, fakat bu amaçlara ulaşmak için nasıl ve ne kadar pratik çalışma gerektiğinin farkında bile olmadığı gerçeklik hali gibi. Veya tersi de olabilir, kişi kendini bir öncesine göre daha da kötü bir durumda görmektedir. İki durumda da, yaşamın gerçeğinden uzaktadır. İki durumda da abartılı bir bakış söz konusudur. Aslında kendisi için ilk mekanda planladığı şeyleri yapabilecek potansiyel vardır, sadece daha çok çalışması gerekmektedir. İkinci mekanda ise değişmeye ihtiyacı olduğunu bilmektedir, ama bu değişimin mümkün olduğunu unutmuştur.

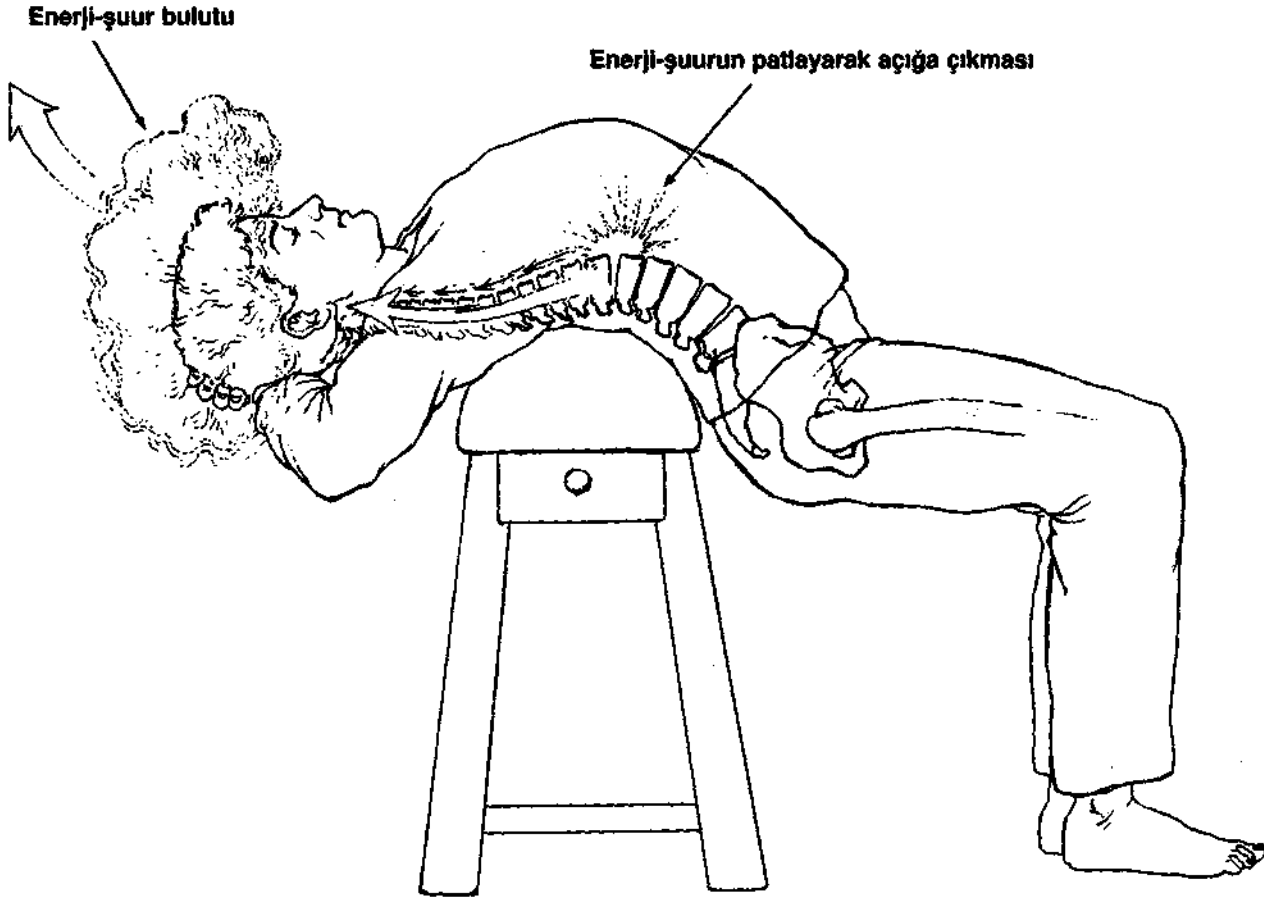
William Butler, *Aura Nasıl Okunur?* (RM Yayınları, 1987) adlı kitabında, bu belirli düşünce formlarının, iç ya da dış enerji verileri tarafından tetiklenene dek enerji alanında sakın sakın durduğunu söylemektedir. Daha sonra bu formlar aurada zamansal bir sıralamayla dolaşırlar ama serbest kalmazlar. Sadece kendilerini tüketirler ve gerekli enerjiyi sağlayana kadar tekrar hareketsiz kalırlar. Düşünce şekilleri gerekli enerjiyi, kişinin alışlagelmiş yarı şuurlu düşüncelerinden ve duygularından bulurlar. Başka insanlardan benzer duygu ve düşünceleri de çekerek de enerji edinirler. Başka bir deyişle, kendinizi devamlı olarak bir şeyle yargılıyorsanız, hareketleriniz ve duygularınız bu yargıyı takip eder ve tanıdığınız insanlar sizinle aynı fikirde olmaya başlar ve sizin kendinizi yargılamanızla ilgili enerjilerini gönderirler. Örneğin, eğer kendinize aptal, değersiz, çirkin ya da şişman diyorsanız, kısa zaman sonra başkaları da sizinle aynı fikirde olmaya başlar. Bu enerji de sizin sahip olduğunuz kişisel yığına eklenir ve gereken enerji (kritik kütleyle ulaşarak) tetiklenir! Ve siz de bu enerji dağılana kadar kendinizi aptal, değersiz, çirkin ya da şişman olduğunuz konusunda ikna olmuş bulursunuz. Veya bir enerji patlamasıyla bunu tetikleyecek bir dış olayı kendinize çekebilirsiniz. Her durumda, süreç aynıdır. Bu sebebin olumsuz olması gerekmez, kişi terapi sürecindeyse, bu kronik çemberi kırıp dışarı çıkabilir ve söz konusu devir bir daha tetiklendiğinde, bununla baş edebilir hale gelir.

Eğer terapist bu gerçeklikleri algılayabilir ve bunları hastaya tarif edebilirse ya da hastanın tarif etmesine yardım edebilirse, hastanın bir ger-

çeklikten diğerine geçerek kendini özgürleştirmesini sağlayabilir. Hastanın deneyimlemekte olduğu her gerçeklik durumunu hastaya tarif eden terapist, onun tüm süreçle ilgili genel manzarayı daha iyi görmesini sağlar. Bu görüş, hastanın kendi içinde nesnel bir gözlemci yaratabilmesine ve içine girip çıktığı her mekanı tanımlayabilmesine yardımcı olacaktır. Bu çalışma sayesinde hasta ve terapist, hastanın kronik devrini daha net tanımlayarak içinden çıkmanın bir yolunu bulabilirler.

Örneğin, bir şizoid hasta böyle bir düşünce şekli içinde kaldığında (bkz. "Ana Karakter Yapılarında Aura ve Şakra Örnekleri" başlıklı bölüm), kara tahtaya gider ve içinde bulunduğu hali çizmeye çalışır ve onları ifade ettiği anda etiketlendirir. Düşüncelerini yüksek sesle saydıkça, ifade edilmiş düşünceye bir ok koyarım. Böylece, tüm devir tahtaya çizilmiş olur. Bu düşünce şekillerinin dış yüzeyleri genellikle sınırlıdır, yani hastanın gerçeklik deneyimi, açıklamalar ve/veya tanımlamaların olumsuz ve düz olduğu dar sınırlar içindedir; örneğin, diğer tüm insanların uzak ya da tehlikeli görünmeleri gibi. Veya hasta yaşamda tam bir kurban olduğunu düşünebilir. Kırılma noktası, hastanın en güçlü duygusal içeriğe sahip olan düşüncelerden birine, o duyguyu ifade edebilecek kadar uzun süre tutunabilmesiyle gelir. Genellikle, eğer hasta o düşünceyle ilişkili öfke ya da acıyı tolere edebiliyorsa, çemberi kırabilir ve düşünce şeklinin daha derin düzeylerine bağlanabilir.

Şekil 11-3, böyle bir örneği göstermektedir. Bu vakada, düşünce şekillerini çizdiğim şekilde, hasta tüm durumu görebiliyor. Bu geniş anlayış, merkeze inmesine ve kronik devirden kendisini kurtarmasına yardımcı oluyor. Öfkenin üzerine gidiyor, onu ifade ediyor ve derinlerdeki şeyleri görebiliyor. Bu belirli düşünce şeklinin dış düzeyi, hastanın sorumluluğunu görmediği ve taşımadığı, diğer insanları suçladığı bir maske gibidir. Bunu, "iyi" görünmek için yapar. Böylece, düşünce şeklinin derinlerine dek inmedikçe güçsüz kalır. Çocukluk travmasından kaynaklanan bir düşünce şeklinde, kendisi "kötü"dür ve bu konuda yapılacak bir şey yoktur. Hastam, gelecekte tüm yapıyı görme ve anlayabilme seçeneğine sahip olduğunu anlamıştı; ilk önce tuzağa dü-



Şekil 11-4. Biyoenerjetik Tabure Üzerinde Çalışan Adam

le bir temizlenmeyi göstermektedir. Yastıklı bir tabure üzerinde arkaya doğru eğilip yatarak, gövde kasları gerilir ve gevşemeye başlar. Bu, enerjik bir hafiflemeye yol açar, bloklar yok olmaya başlar. Hasta, diyafram destek noktasının önündeki omurga kaslarında bazı enerji bloklarına sahiptir. Biyoenerjetik çalışmada, bu blok ani bir enerji patlamasıyla yok olmuştur. "Enerji bulutu", omurga boyunca hızlı bir şekilde yukarı doğru hareket etmiştir. Hastanın başına ve şuruna ulaştığında, onun bir başka gerçeklik mekanına geçtiğini gözledim. Hasta ağlamaya ve çocukluk döneminden bir acıyı ifade etmeye başladı. Duygularını göz önüne serdikçe, enerji bulutundan kurtuldu ve onu alanından attı.

Sıradaki örnek, tipik bir terapi seansında olanları göstermektedir. Önce hastam Susan ile ilgili birkaç bilgi vermek iyi olacaktır: Susan, yirmili yaşlarının sonlarında, sarışın, güzel, iki ya-

şında bir oğlu olan evli bir kadın ve uzman bir terapistti. Kendisi gibi terapist olan kocası ile doyurucu ve tutarlı bir evlilik hayatları vardı. Genç yaşta tanışıp evlenmişlerdi. Babası, Susan doğmadan iki hafta önce ölmüştü ve annesi yeni doğmuş bir bebek ve iki küçük oğlanla baş başa kalmıştı. Gelirleri azdı ve Susan'ı bir başka aile tarafından büyütülmek üzere vermek zorundaydı. Susan iki ayrı evde büyüdü: Biri temiz, düzenli ve katı bir Hristiyan ailesinin evi, diğeri ise annesinin dağınık evi. Annesi, eşini kaybetmenin acısı ile bir türlü başa çıkamadı. Bir daha evlenmedi ama sevgilileri olmuştu.

Susan erken evlenerek, yoksun kalarak büyüdüğü erkek şefkatine kavuşmuştu. Susan aynı zamanda evlilik işini asla beceremeyeceği (annesine gibi) ve asla (Hristiyan aile gibi) mükemmel olamayacağından korkuyordu.

Susan bir sabah seansa geldiğinde, mutlu ve

neşeliydi. Kocasıyla geçirdiği haftadan bahsetti. Konuştukça ve kollarını hareket ettirdikçe, pembe ve beyaz mutluluk bulutları dağıtıyordu (Şekil 11-5). Ancak bu mutluluk hali; enerji alanındaki daha derin duyguları örtüyordu. Solar pleksusunda koyu bir şekilde kendini gösteren, korku benzeri hislerle ilgili bir nokta görüyordum. Alnında bir başka blok vardı (açık gri; zihinsel karışıklığa işaret eden) ve kalbindeki duygusal acıya (kırmızı) doğrudan bağlıydı. Başının iki yanında yüksek zihinsel aktivite (yüksek enerji) gösteriyordu (sarı). Ayrıca kasıklarında yüksek ve coşkulu yaşamsal cinsel enerji vardı (kırmızı-turuncu).

Neşeli bir şekilde konuşup kollarını oynattıkça ve pembe beyaz bulutlar yaydıkça, başının yanlarından dağılan açık sarı enerji, başın ön kısmındaki gri renkteki sorunlu kısmı örtmeye başladı. Bu sarı (zihinsel) enerjiyi gri alanın üstüne maske gibi örtterek, kendini böyle bir problem olmadığı yolunda harfiyen ikna ediyordu. Gördüğümü söylediğim zaman, bu "sahte" pembe bulutu yaymayı kesti. Başındaki gri alan, orijinal boyutuna geldi.

Susan'ın neşesi, yerini korku ve ruhsal acıya bırakmıştı. Derken olan biteni anlatmaya başladı. Bu haftaki randevusuna gelmeden kısa bir süre önce, annesinin göz felci nedeniyle hastahaneye yatırıldığını öğrenmişti. Doktor, bunun multipl skleroza dönüşebilecek önemli bir hastalığın işareti olabileceğini belirtmişti. Susan bu haberle çok sarsılmıştı ve annesi ile ilgili pek çok düşünce kafasını meşgul ediyordu. Kasıklarındaki yaşamsal cinsel enerjisinin bacaklara gidişini blokla engelliyor ve yeryüzünde bulunan bir insan olarak temelini ve toprakla bağını kesiyordu. Demek ki, seansın bu noktasında yapmamız gereken, enerjiyi aşağıya, toprağa doğru yönlendirmek ve kasık bölgesi ile bacaklar arasındaki enerjetik yapı bağını kurmaktır.

Bacak ve kasık egzersizleriyle, daha zorlu bir çalışma için temel sağlaması için enerjiyi aşağı yönlendirmeye başladık. Enerji Susan'ı toprakla bağlantılandırmak üzere hızla bacaklarından aşağıya hareket etti. Derken tüm vücuda aktı ve sistemi eşit ve düzenli biçimde enerjiyle yükledi. Kasıktaki blok ortadan kalktıkça, enerji değişimi Susan'a cinsel ve yaşam gücü enerjileri

konusunda bir güven hissi vermeye başladı. Bu kasık bloğu, aslında cinsel enerjisi ile tam olarak başa çıkamayan annesiyle ilgiliydi. Susan annesi gibi olmaktan hala korkuyordu. Susan'ın güçlü bir kalp-cinsellik bağlantısı olduğu için böyle bir tehlike aslında yoktu; aşağı enerji akışının böylesine hızla tekrar kurulabilmesi de bunu gösteriyordu. Bu enerji topraklanır topraklanmaz, Susan hem o zevkli duygulara sahip olabileceğini hem de ne isterse yapmayı seçebilecek biçimde onları kontrol edebileceğini anlamıştı.

Sonunda Susan, annesinin hastalığı ile ilgili hissettiği acıyı sözlere dökmeyi başardı. Ağlıyordu. Bu da kalp bölgesini kırmızı renkten temizledi. Bunun üzerine, solar pleksusundaki, annesini reddetme nedenini oluşturan doyurulmamış çocukluk ihtiyaçlarıyla ilgili ana bloğa yöneldik. Enerji alanı, içsel çatışmasını gösteriyordu. Bir yanda hasta annesi için sevgi hissi, diğer yanda "Sen beni başından attın, ben niye seninle ilgileyim?" diyen bir reddetme duygusu. Bu çatışmanın şuur seviyesine çıkmasıyla, alındaki gri renk azalmaya başladı.

Solar pleksusundaki koyu lekeyi yok etmek, yoğun bir vücut çalışması gerektirdi. Susan biyoenerjetik taburesinde gerilmek ve bloğu gevşetmek için geriye doğru yattı. Bloktan ve sembolize ettiği her şeyden kurtulmak için yaptığı hareket, vücudun üst kısmını şiddetli bir şekilde ileri geri itmekti. Bu sadece annesini reddedişini değil, ayrıca ondan beri deneyimlediği her yoksunluk için annesini suçlama niyetini de sembolize ediyordu. Susan şimdiki yaşamında "güvenli" bir mahrumiyet halini sürdürmekteydi; çocukluk mahrumiyeti, yerini kendini mahrum etme alışkanlığına bırakmıştı. Solar pleksusundaki koyu leke (11 cm çapında) aydınlanmış ve geniş bir alana dağılmıştı (22 cm çapında) fakat henüz alanı tam olarak terk etmiyordu, konu tamamen halledilmemişti. Yaşamın ana konularına nüfuz etmiş olduğu için halledilmesi uzun zaman alacaktı.

"Güvenli" bir mahrumiyet hali dediğimde kastettiğim şey, bir miktar mahrumiyet ile kendini rahat hissediyor olmasıydı. Bu, onun için normaldi. Biz insanlar, gerçekte normal olsun ya da olmasın, çocukluk döneminde norm olarak belirlenmiş bir hal içinde kendimizi güvende hissedebiliriz.

Örneğin Susan bu "norm"u yaşamın geneline yayıyordu. Çocukluğunda evi ile ilgili bir karışıklık yaşamıştı. Gerçek evi hangisiydi? Aslında hiçbiri. Bu sorun hep var oldu. Sekiz yıllık evliliğinde de bunu hissetmeye devam etti. Evini bir türlü gerçekten kendi evi olarak sindirmeyi beceremedi; evi dekore etme çalışmasını bir türlü sonuçlandıramamıştı.

Terapi ilerledikçe, Susan'ın yaşam mekanı da daha düzenli biçimde dekore edilmeye ve güzel bir ev olmaya başladı. Aslında bu, içsel durumun dışa yansımasıydı.

Bu enerji alanı gözlemleriyle, hastalıklar ile psikolojik sorunlar arasındaki bağlantıyı görmeye başladınız sanırım. Duygularımızı, enerji akışını bloke ederek durduruyoruz. Bu da sistemde hastalığa yol açan durgunlaşmış enerji gölcükleri yaratıyor. Bunu, ayrıntılı olarak kitabımızın "Şifacının Algısal Araç Gereçleri" bölümünde ele alacağız. Hastalık bu yolla görüldüğünde, terapi ile şifa arasındaki bağlantı da daha anlaşılır hale geliyor. Şifacının daha geniş görüşü, insanın bütününe içine alır. Şifada beden ve zihin, beden ve ruh ayrımı yoktur; sağlıklı bir insan yaratmak için bütünlüğün dengede olması gerekir. Şifacı fiziksel, psikolojik ve ruhsal bozukluklar üzerine odaklanır. Kişiliğin psikolojik düzeylerini etkilemeyen bir şifa düşünülemez. Şifacı, hastanın psikodinamiklerini ne kadar iyi anlarsa, hastaya o kadar yardım eder.

Hatırlayalım:

1. Enerji bloğu nedir?
2. İEA'nda enerji bloğu nasıl yaratılır?
3. İEA'ndaki bloğun serbest kaldığı nasıl söylenebilir?
4. Karşınızdakine, bir duyguya sarılmanın tersi olarak bir duygudan kurtulduğunu nasıl açıklarsınız?
5. Hangisi önce olur: aurik fenomen mi, fiziksel fenomen mi?
6. Sayacağımız duygular aurada hangi renklerle temsil olurlar? Korku, kızgınlık, sevgi, zevk, çatışma, haset, kin.
7. Auradaki en iyi renk hangisidir; kasık yanındaki güçlü, parlak kırmızı mı; göğüs ve solar pleksus bölgesindeki zengin yeşil mi?
8. Marihuana çekmenin auradaki kısa ve uzun dönemli etkileri nelerdir?
9. Ayrışmış düşünce şekli nedir?

Üstünde Düşünelim:

10. İnsanların auralarını gözleme egzersizleri yapın ve ne gördüğünüzü anlatın.
11. Kendi düşünce şekillerinizden birinin baştan sona tasvirini yapın. Bunu başlatan neydi? Kaynağı neydi? Nasıl kurtuldunuz? Hangi derin duyguları örtmekte ve hissetmenize karşı savunmanıza sebep olmaktaydı?

12. Bölüm

AURADAKİ ENERJİ BLOKLARI ve SAVUNMA SİSTEMLERİ

İnsanların alanlarını sınıflandırma becerisini birçok bloğu gözlemledikten sonra geliştirdim. Altı çeşit genel enerji bloğu tipi saptadım. Ayrıca fark ettim ki, insanlar bunları beklenmeyen ve hoş olmayan deneyimlerden kaçınmak için savunma yolu olarak kullanıyorlar. Bütün aurik alanlarını, enerjetik savunma sistemi olarak adlandırdığım şekilde organize etmişlerdi.

Önce, gözlemlediğim bu altı enerji blok çeşidine bir bakalım.

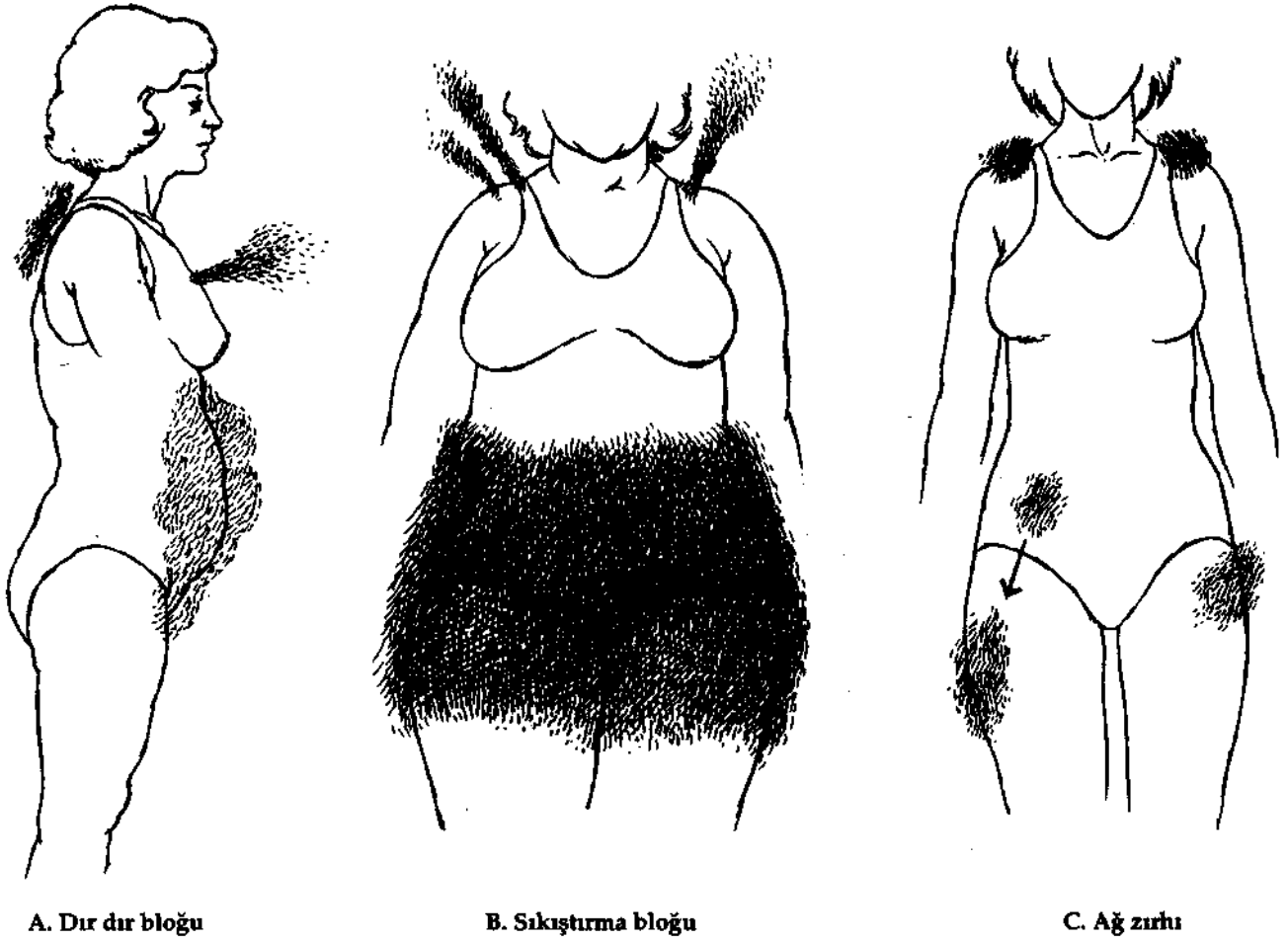
Enerji Bloklarının Tipleri

Şekil 12-1 ve Şekil 12-2, bu blokların bana nasıl göründüklerini göstermektedir. "Dır dır" bloğu (Şekil 12-1A), kişinin duygularının ve enerjisinin, durgunlaşana ve vücut sıvılarının bu bölgeye toplanmasına kadar bastırılmasının sonucudur. Beden, bu noktada kabarma eğilimindedir. Bu blok genellikle yüksek enerji içermez, aksine düşük yoğunluktadır ve genellikle çaresizlikle ilintilidir. Eğer bu blok sürerse, muhtemel hastalıklar kolit veya anjina pectoris olacaktır. Rengi çoğunlukla gri-mavidir. Yapışkan ve ağır bir his uyandırır, adeta sümüksüdür. Genellikle suçlayıcı türden bir öfke de mevcuttur. Kişi vazgeçmiştir ve kendini güçsüz hissetmektedir. Örneğin, mutsuz bir evliliği olan ve evliliği için kariyerinden vazgeçmiş bir kadında buna rastlamıştım. Ellili yaşlarındaydı ve iş yaşamına dönüp kariyerine yeniden başlamak ona olanaksız geliyordu. Bunun yerine, mutsuzluğundan dolayı kocasını suçluyor, yapamadıklarını kızlarının yapmasını istiyordu. Yaşamını kızlarında tekrar bulmaya çalışıyor, ama şüphesiz bu işe yaramıyordu.

Sıkıştırma bloğu (Şekil 12-1B), bir yandan hisleri bastırır, bir yandan da bir volkan gibi öfke

biriktirir. Rengi koyu kırmızıdır, bu volkanik patlamanın alıcısı olmayı istemeyen bir gözlemcide uğursuz bir his yaratır. Bu enerji bloğu, o bölgede yağ ya da kas birikimiyle sonuçlanır. Eğer bu sıkıştırma yeterince uzun sürerse, kasık bölgesinde iltihaplanma meydana gelebilir. Kişi, genellikle bu öfkenin farkındadır ve kendini kapana kısılmış hisseder, çünkü bu öfkenin açığa çıkması, küçük düşme hissiyle ilişkilendirilir. Bir kadın hastam, cinsel duygulara sahip olmanın küçük düşmeyi beraberinde getireceği sonucuna çocukluğunda varmıştı. Babası, o küçükken cinselliği ile ilgili olarak onu aşağılamıştı. Sonuç olarak bu hanım, cinsel duygularını bloke etmiş ve kasık bölgesine hapsedmişti. Tutulan cinsel duygular yavaş yavaş öfkeye dönüşmüştü. Öfke, küçük düşme korkusuyla açığa vurulmadığından; bu şekilde durgunlaşan enerji kasık bölgesinde enfeksiyona sebebiyet vermeye başlamıştı. Yıllarca kronik enfeksiyonlarla boğuşmuş ve sonuç olarak da kasık bölgesinde iltihaplanmaya yakalanmıştı.

Ağ zırhı (Şekil 12-1C) etkili bir bloktur ve kişinin yaşamında ya da terapi sürecindeki yüzleşme sırasında bloklar arasında hareket ederek duygulardan, özellikle korkudan kaçınmasına yardım eder. Örneğin, terapist derin masaj ya da egzersizle bloğu kaldırmak isiyorsa, blok vücudun başka bir tarafına kayabilir. Bu blok tipi, diğerleri kadar hastalığa yol açıcı değildir. Kişinin hayatında her şey yolunda görünmektedir. Başarılıdır, "mükemmel" bir evliliği ve örnek bir çocuğu vardır fakat eksik bir şey hissetmektedir. Bu kişi kendini derin duygularından dışarı çekmeden önce, onları ancak kısa bir süre tolere edebilecektir. Sonuç olarak, daha derindeki duygularına varabilmek için, muhtemelen yaşamında bazı krizler yaratacaktır. Bu kriz ani, beklenme-



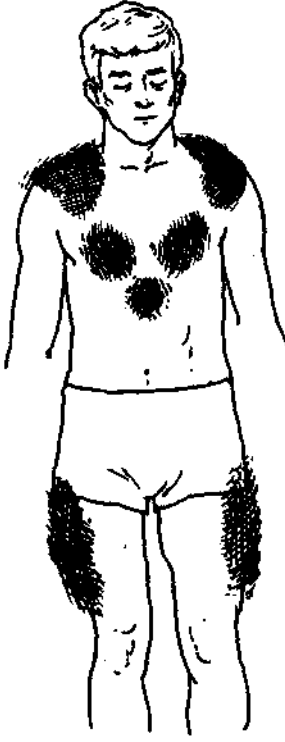
Şekil 12-1. Enerji Bloklarının Çeşitleri

dik bir hastalık, bir kaza ya da bir başkasıyla duygusal ilişki şeklinde kendini gösterebilir.

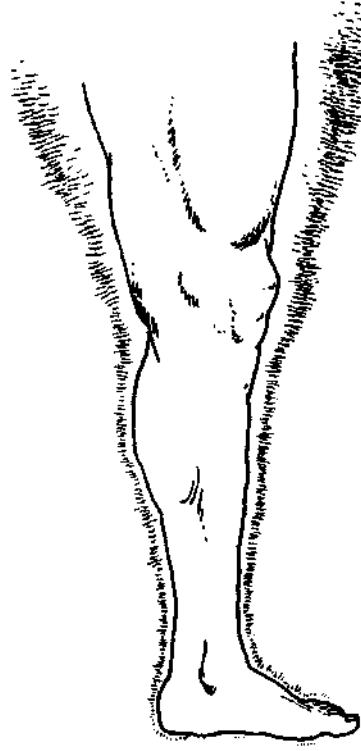
Şekil 12-2A'da görülen tabaka zırhı, tüm duyguları dondurarak onları tutar. Bunlar, yüksek gerilim ile vücut çevresinde tutulurlar. Bu, kişiye dış yüzeyde iyi yapılanmış bir yaşam kurmada yardım eder. Vücut sağlam yaplanır, kaslar çok sıkı olma eğilimi gösterir. Kişisel düzeyde, yaşam çok doyurucu değildir, çünkü tabaka zırhı tüm duyguları iptal etmiştir. Bu, vücudun her yanında yüksek gerilime yol açar; fazla çalışmadan kaynaklanan ülser veya kişisel doyum olmaksızın yaşam içinde "itme" yaratmaktan kaynaklanan kalp problemleri görülür. Kişi bedenini iyi hissetmediği için, uzun kaslarında tansiyon ve aşırı stres, sonucunda da tendon veya baldır

nasırı oluşur. Derin kişisel bağların eksikliği yüzeyde görünmemekte, kişinin yaşamı sorunsuz hissini vermektedir yine. Muhtemelen, bu kişi de daha derin duygularıyla bağlantıya geçebilmek için yukarıda belirtilen türden krizleri en sonunda yaratacaktır. Erkeklerde bunu sağlamanın en iyi yolu bir kalp krizidir. Örneğin, birçok büyük derginin sahibi olan çok başarılı bir iş adamı tanıyorum; o kadar çok meşguldü ki, sonunda ailesinden koptu. Kalp krizinden sonra, çocukları gelip "Bırakmak zorundasın, yoksa öleceksin. İş nasıl yürüteceğimizi bize öğret," demişler. Öyle yaptı ve ailesi biraraya geldi.

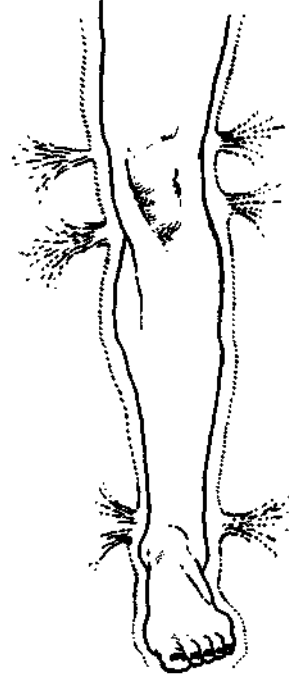
Enerji tüketme bloğu (Şekil 12-2B), enerji akışının uzuvun uç noktasına doğru azalması şeklinde görülür. Kişi enerjinin oraya akmasına



A. Tabaka zırhı



B. Enerji tüketme



C. Enerji sızıntısı

Şekil 12-2. Enerji Bloklarının Çeşitleri

izin vermeyerek organları kesmektedir. Bu da o organda zayıflamayla sonuçlanır ve bazı vakalarda o bölgenin gelişmemesi bile söz konusudur. Bu kişi, zayıflık hissinden kaçınmak için söz konusu uzvu kullanmamaya çalışır ve kendi ayaklarının üzerinde duramama ya da yaşamda başarısız olma hissi gibi, daha derinlerdeki ilişkili histen kaçır.

Enerji sızıntısı (Şekil 12-2C), kişinin enerjisinin organdan aşağıya doğru akmasına izin vermek yerine eklem yerlerinden fışkırtması durumunda meydana gelir. Kişi bunu uzuvlara akan enerjiyi azaltmak için (şuursuzca) yapar, çünkü çevresindeki belirli deneyimlere gerekli tepkiyi verecek gücü olmadığını hissetmektedir. Bunun kaynağı da, bu tepkinin uygun olmayan veya

tehlikeli bir tepki olduğuna dair çocukluğunda yaşadığı bir karardır. Örneğin, istediği bir şeyi almak için uzandığında eline vurulmuştur. Uzunundaki zayıflık (ve zayıf koordinasyon), o uzun kullanulmasından kaçınmakla sonuçlanır. Bu son iki blok tipi, uzuvlarda soğukluğa neden olmaktadır. Kişi, enerji sızıntısının meydana geldiği bölgelerde çok incinebilir durumdadır. Enerji sızıntısı bloğu, ayrıca eklemlerde soruna yol açmaktadır.

Kişi tarafından hangi blok geliştirilirse geliştirilsin, bu pek çok şeye bağlıdır; başta da kişiliğe ve çocukluk deneyimlerine. Hepimiz bu blokların birkaçını kullanıyoruz. Sizin en sevdiğiniz hangileri?

Enerjetik Savunma Sistemleri

Dünyayı güvensiz bulduğumuz için hepimiz bloklar yaratırız. Tüm enerji sistemimizi içeren modellere sahip bloklar yaratırız. Enerjetik savunma sistemlerimiz dış güçleri aktif ya da pasif olarak reddetmek, onları itmek için tasarlanmıştır. Güç sergilemek ve böylece bir saldırganı korkutmak ya da istediğimizin o şey olduğunu kabul etmeksizin dolaylı biçimde dikkat çekmek için tasarlanırlar.

Gözlemlediğim enerjetik savunma sistemi örnekleri, Şekil 12-3'te gösteriliyor. Bunlar, kişi kendini tehlikede hissedince devreye girmektedir.

"Oklu kirpi" ile (genelde beyazımsı-gri olur) kişinin aurası dikenli ve dokunması güç bir hal alır. Sivridir. Çoğu zaman, elimi karşımdaki kişi istemeden onun bedeninde herhangi bir yere koyduğumda, elimi delip geçen dikenlerle karşılaşırım. Çoğu insan bu savunmaya uzak durarak tepki verir.

"Geri çekilme" formulu savunmada, kişinin tehlike altındaki aura ve şuur parçası, bedeni açık mavi bir enerji bulutu içinde terk eder. Sizi gayet iyi dinlediği ve orada olduğu halde, gözleri donuklaşır, adeta sisli bir bakış gelir.

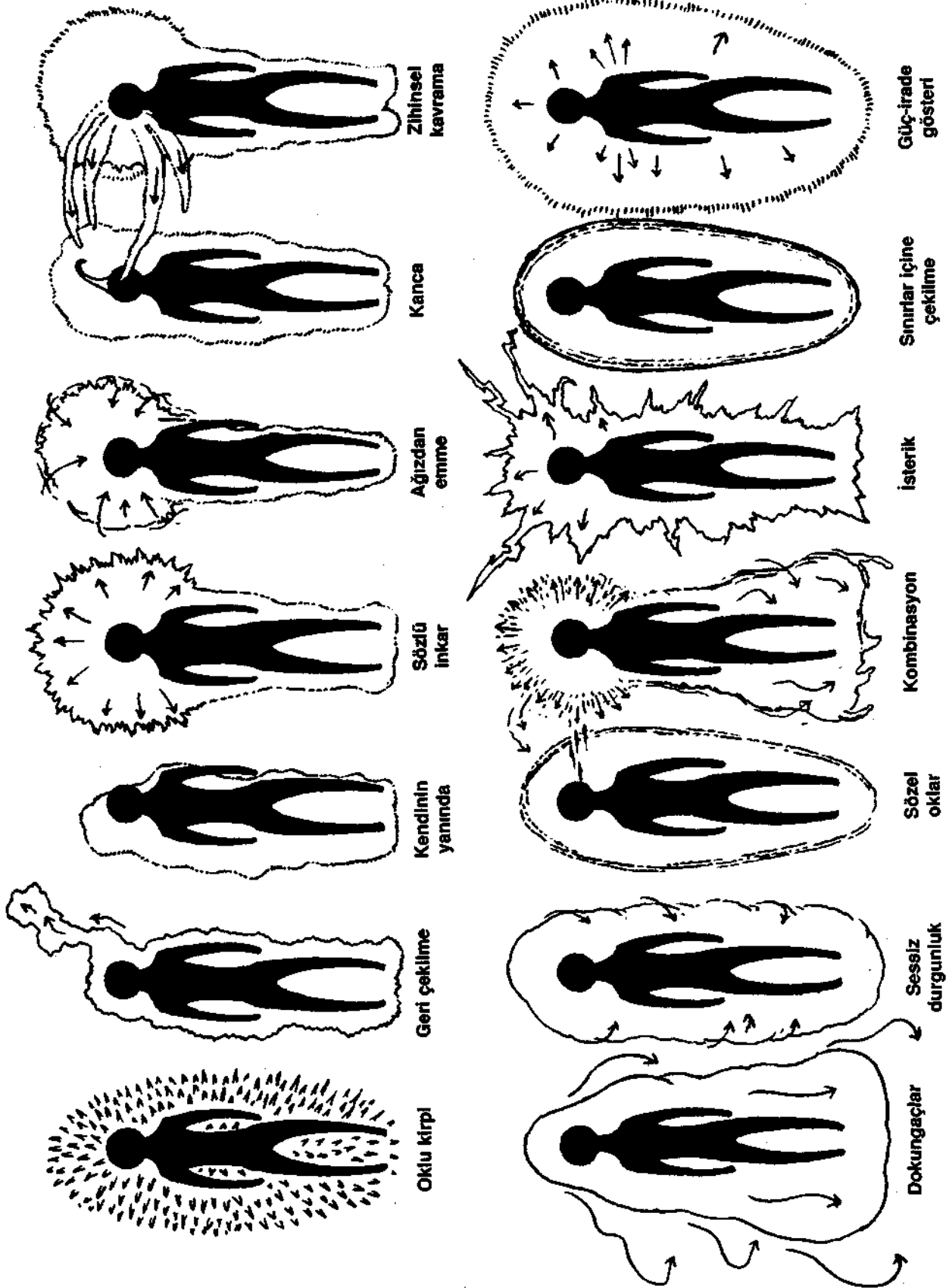
Aynı şey, kişi "kendinin yanında" olduğu zaman da geçerli. Bu belirli konfigürasyon, birkaç saniye ya da saat süren "geri çekilme" savunmasından daha uzun ömürlüdür; günlerce ya da yıllarca sürebilir. Bir travma ya da erken cerrahi müdahale sonucu kendilerini yıllarca bedenlerinden kısmen ayırmış insanlar gördüm. Bir vakada, iki yaşlarında kalp ameliyatı geçirmiş bir kadın vardı. Çalışmaya başladığımızda 21 yaşındaydı. Üst bedenleriyle bağlantısı kısmen kesilmişti, bu bedenler havada yüzüyordu, kadının üstünde ve arkasındaydılar. Bu da duygularıyla arasında bağlantısızlığa neden oluyordu.

Sözlü inkar, daha çok enerji ile birlikte meydana gelir; bu enerji sarıdır, başın içindedir, boyunda şiddetli bir blok ve bedenin alt yarısında enerji tükenmesi söz konusudur; donuk ve durgundur. Var olan durumu korumak için, canlı olma hissini sürdürmek amacıyla sözel olarak aktif kalır. Bu sözlü iletim, baştaki enerji akışını korur.

Ağızdan emme, sözlü inkar ile ilintilidir; doğal olarak enerji alanını besleyemeyen kişi, bu yolla çevresindekilerin enerjisini içine çeker. Bir başka deyişle, kişinin çevresindeki atmosferden orgon temin etme yetisi olmadığı için başkalarının önceden sindirdiği enerjiye ihtiyaç duyar. Bu emiş örnek olarak, dinleyen kişi için sıkıcı ve tüketici olan sözel gevezelikleri ya da bazı insanların sahip olduğu "elektrikli süpürge" gözleri verebiliriz. Bu insanlar, sosyal çevrede başka insanlarla olmayı severler. Ağızdan emenlere iyi eş olabilecek aşırı enerji boşaltma ihtiyacı duyan (mazoşist tipler) kişiler de vardır. Birlikte, birbirlerinin ihtiyaçlarını iyi bir şekilde karşılarlar (bkz. "Ana Karakter Yapılarında Aura ve Şakra Örnekleri" bölümü).

Bazı insanların başlarının üstünde gözlemlediğim kancalar, genellikle psikopat karaktere sahip ve bir grup insanla yüzleştirilme sürecinde olan insanların başlarının üzerindeydi. Kendilerini tehdit altında hissediyorlar ve başlarının üzerinde bir "kanca" şekillendiriyorlar. İşler iyice kızışırsa, tehlikeli gördükleri kişiye bu "kanca"yı atıyorlar. Bu "kanca", genellikle sözlü bir ifade oluyor. Öte yandan, eğer bu tip bir insan, biriyle yüzleşmek isterse, o kişiyi zihinsel enerjiyle kapana kısırmayı beceriyor. Durum karşısındakinin istediği hale gelinceye kadar da yüzleşilen kişi, bu enerji kapanında kalıyor. Bu hücum/savunma tipi, alıcı konumdaki kişi için aslında çok tehlikelidir; görünüşte kendisine "doğru" sonuca varmasına yönelik makul ve mantıklı adımlar sunulur ama alıcı durumdaki kişiye iletilen "satır arası mesaj", aynı fikre varmasının kendisi için daha iyi olacağı biçimindedir. Bu türden alışverişe genellikle yüzleşilen kişinin "kötü" ve yanlış, yüzleşen kişinin ise "iyi" ve doğru olduğu iması da eşlik eder.

"Dokungaçlar" sızıcı, kaygan, sessiz ve ağırdır. Güvenlik arayan kişi tarafından yutulmak için özünü yakalayıp çekme çabasıyla solar pleksusunuza uzanırlar. Kişi aslında kendi özüne sahiptir ama bunu nasıl kullanacağını bilmemektedir; onun hareket etmesine izin vermeyi küçük düşürücü bulur. Böylece kedere kapılır ve hatta kendi özüyle bağlantıyı kaybedebilir. Bir süre sessiz ve durgun bir hale girer. Derken özündeki "dokungaçlar" onu aşağıya çekmeye



Şekil 12-3. Enerjik Savunma Mekanizmaları

başlar. Ancak bu sessiz durgunluk, enerjetik düzeyde pek gürültülüdür. Gülüp eğlenen insanlarla dolu bir odada durur. Etrafındaki insanlar bir süre sonra kendisine yardım önerisinde bulunmaya başlarlar, o da bilinçsizce ama akılcıca, bunun işe yaramayacağını söyler ve başka çözümler ister. Bu böylece devam eder. "Dokun-gaçlar" edinen kişi, dışarıdan bir şeye ihtiyaç duyduğunu düşünür fakat ihtiyacı olan dışarı vermektir. Derken birilerini kızdırmak için sözler oklar fırlatır. Bu oklar sadece sözlü değil, enerjetik anlamda da acı verir, alıcıya fırlatılır ve yerini bulur. Okçu, şuursuzca bunun yeterli bir öfke patlamasına yol açacak kadar acı vermesini ister, çünkü böylece kendi öfkesini küçük düşmeden açığa salması için bir bahane yaratacaktır. Bu zihinsel ve kesin, maksatlı yolla, karşısındakini küçük düşürmeye ve aynı zamanda bedeninin alt kısmındaki hisleri edinmekten kaçınmaya çalışır.

"İsterik savunma" kullanan kişi, "oklar"la memnuniyetle bir patlama ile karşılık verir. İsterik tip, başkalarının alanlarına küçük ateş okları ve renk patlamalarıyla çarparak saldırır, bir kaos yaratma amacındadır. Odayı herkesten temizlemeyi hedefler.

"Sınırlar içine çekilme" savunmasını kullanan insan, kendini durumdan uzaklaştırır ve sınırlarını kalınlaştırıp güçlendirerek zarar görmez halde kalmaya çalışır. Böylece aktarılan mesaj, üstünlüktür! Bir başkası ise üstünlüğünü aura-sında patlayan ve ışıldayan, iyi kontrol edilen ve sağlam bir güç/irade gösterisiyle ilan edebilir; öyle ki, bu noktada kimin üstün olduğu ve kiminle aşık atılamayacağı açıkça bellidir!

Egzersiz: Ana Savunmanızı Bulmak

Saydığımız sistemleri bir düşünün, hangisi sizin kullandığınızı? Bunu bir grup insanla deneyin. Herkes odada dolaşsın, kim hangi savunma sistemini kendisine yakın hissediyor? Değişik durumlarda değişik sistemler mi kullanıyorsunuz?

Muhtemelen, kullanımda olan başka savunma sistemleri de vardır. Şüphesiz kendiniz ve arkadaşlarınız için bunu düşünebilirsiniz. Unutmamanız gereken şey şu: Hepimiz şuurlu ya da şuursuz olarak bunları kullanıyoruz ve ilişkilerimizde bunlar da etkili oluyor. Kimse ilişki kurmaya zorlanmıyor, hepsi de gönüllü yapıyor. Kişiliklerimizin bazı düzeylerinde, bazen bunlardan hoşlanıyoruz bile. Bunları birbirimizde gördüğümüzde korkmamıza gerek yok. Savunmaya geçmekten hoşgörülü davranma seçimine her zaman sahibiz. Fakat bir kişinin savunmaya geçmesi için her zaman bir nedeni vardır: Kendinden ya da diğerlerinden korumak, gizli kalmasını sağlamak istediği incinebilir bir parça. Bu sistemlerin çoğunu hayatımızın erken safhalarında geliştiririz. "İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi" başlıklı bölümde gördüğümüz gibi, çocuk aurası, bedeni çok fazla açacak kadar gelişmemiştir. Kişi geliştikçe o da gelişir, karakter özellikleri belirmeye başlar, güçlü ve incinebilir özellikler de kendini gösterir.

Hatırlayalım:

1. Altı ana enerji bloğunu sayıp açıklayın.
2. Ana savunma sistemleri ve işleyişlerini açıklayın. Siz hangilerini kullanıyorsunuz? Bunlar sizin için etkili mi? Yaşam tecrübenizle başa çıkmak için daha iyi nasıl bir yol bulabilirdiniz?

Üstünde Düşünelim:

3. Ana savunmanız hangi kişisel inanç sisteminize dayanıyor?
4. Savunma sisteminizi kullanmasanız yaşamınız ne kadar daha iyi/daha kötü olurdu?
5. Beden/enerji sisteminizde yarattığınız blokların tip ve bölgelerini sıralayın. Bunlarla hangi çocukluk deneyimleriniz ilişkilidir?

13. Bölüm

ANA KARAKTER YAPILARINDA AURA ve ŞAKRA ÖRNEKLERİ

Karakter yapısı, pek çok beden psikoterapistinin belirli fiziksel ve psikolojik insan tipini tanımlamak için kullandıkları bir terimdir. Pek çok gözlem ve çalışma sonucunda Wilhelm Reich, çalıştığı kişilerin beş ana kategoriye uygun oldukları çıkarımına varmıştır. Benzer çocukluk deneyimleri ve çocuk-ebeveyn ilişkilerine sahip kişilerin, benzer vücutlara sahip olduğunu bulmuştur. Bu benzer vücutlara sahip kişilerin de birbirlerine yakın psikolojik dinamikler gösterdiklerini söylemiştir. Bu dinamikler sadece çocuk-ebeveyn ilişkilerinin tipine değil, aynı zamanda çocuğun hangi yaşta travmatik bir deneyim yaşayarak enerji akışını engelleyecek bir blok oluşturduğuna ve savunma sistemi meydana getirdiğine de bağlıdır. Rahimde yaşanan travma deneyiminin bloke edilmesi ve savunmayla karşılaşması ile oral dönemde tuvalet eğitiminde ya da ergenlikte yaşanan travma deneyiminin bloke edilmesi ve savunmayla karşılaşması birbirinden farklı olacaktır. Bu da çok doğaldır, çünkü farklı yaşam safhalarındaki birey ve alanı da birbirinden çok farklıdır ("İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi" başlıklı bölüm).

Bu bölümde, her karakter yapısının temel tanımlamalarını ve etioloji (hastalıkların sebeplerini arama bilimi), beden şekilleri ve aurik konfigürasyonlarını bulacaksınız. Ayrıca her yapının yüce benliği ve kişisel yaşam görevini de olabildiğince ele almaya çalıştım. Her insanın yüce benliği ve görevi kendisine özgü ve tektir fakat bazı genellemeler de yapılabilir.

Bir kişinin yüce benliği, onun içindeki ilahi kıvılcım ya da her bireyin zaten Tanrı ile beraber olduğu yer olarak görülebilir. Bu içsel ilahi şuur içerir ruhsal ve fiziksel varlığımızın her hücresinde bir ilahi kıvılcım vardır.

Yaşam görevi iki biçimde görünür. İlk ola-

rak, kişisel seviyede; kişinin kimliğinin yeni bir parçasını ifade etmeyi öğrenme amacı vardır. Ruh varlığının Tanrı ile birlikte olmayan parçaları; hem yaratıcı ile olup hem de birey olarak kalabilmeyi öğrenebilmek amacıyla yeni bir enkarnasyonun oluşmasına yardım ederler. Dünya görevi, her bir ruh varlığının fiziksel dünyaya vermek üzere getirdiği armağandır. Sanatçı resim yapar, doktor şifa verir, müzikçi müziğini ortaya çıkarır, anne çocuğunu büyütür ve sever vs. Bazen kişi yaşamdaki değişikliklerle savaşmak zorunda kalır ve sonuçta elde ettiği şeyin, yaşam görevi olduğunu fark eder. Yaşam görevinin anlaşılmasındaki güç ve açıklık, kişisel görevi öğrenmenin nasıl olduğuna bağlıdır.

Kişinin bedeni, onu çevreleyen ve aynı zamanda bir parçası olan enerji alanlarının fiziksel dünyada kristalleşmesiyle oluşur. Bu enerji alanları, her bir ruh varlığının görevini içerir; öyleyse karakter yapısı, kişinin bedenlenmek ve çözmek için seçtiği ana problem ya da kişisel görevin kristalleşmesi olarak da görülebilir. Problem (görev) vücutta kristalleşir ve tutulur, böylece kişi rahatça onu görüp üzerinde çalışabilir. Karakter yapımızı vücudumuzla ilişkili olarak ele alırsak, kendimizi iyileştirmenin ve hem kişisel hem de dünya görevimizin anahtarını bulmuş oluruz.

Birlikte çalıştığım insanlarda rastladığım en temel bozukluk, kendine duyulan nefrettir. Bu, kanımca, hepimizin ortak hastalığıdır; bu nefretin ve benliği kabullenmeyişi değişik karakter yapıları içinde nasıl tezahür ettiğini göreceğiz. Dinamiklerimizi anlamak için günlük düzeyde çalıştıkça, kendimizi bu süreç içinde kabullenmeyi de öğrenebiliriz. Yıllar boyunca Tanrı'nın iradesi, gerçek ve sevgi ile yaşayabiliriz (bunlar kendimizi gerçekleştirmenin basamaklarıdır) ama koşulsuz sevmeyi başarabilene kadar bir

Şekil 13-1
HER KARAKTER YAPISININ ANA İFADELERİ
KİŞİLİĞİN YAPISI

	<u>SİZÖİD</u>	<u>ORAL</u>	<u>PSİKOPATİK</u>	<u>MAZOSİST</u>	<u>KATI</u>
GELİŞMENİN DÜRDÜRÜLMESİ	Doğumda ya da öncesinde	Bebeklik beslenmesi	Çocukluk çağı başlangıcı	Otonomi safhası	Ergenlikte cinsel organların gelişimi
TRAVMA	Düşman anne	Terk edilmişlik	Ayartma, ihanet	Kontrol, zorla beslenme ve boşaltma	Cinsel reddediliş, kalbin ihaneti
MODEL	Birarada tutma	Dayanma	Yolunu kesme	İçine almak	Geri atmak
CİNSELLİK	Yaşam gücünü hissetmek için cinsellik, fantezi	Yakınlık ve temas için cinsellik	Düşmanca/hassas, homoseksüel fanteziler	İktidarsızlık, pornografiye düşkünlük	Horgörerek cinsellik
HATA	Korku	Açgözlülük	Hakikatsizlik	Nefret	Gurur
HAK TALEBİ	Olmak/var olmak	Beslenmek ve doyurulmak	Desteklenmek ve teşvik edilmek	Bağımsız olmak	Duygu sahibi olmak (sevgi/cinsellik)
BELİRGİN ŞİKAYETİ	Korku/endişe	Pasiflik (bitkinlik)	Bozguna uğrama duygusu	Gerilim	Duygu yok
OLUMSUZ NİYET	"Bölüneceğim."	"Onu vermeni sağlayacağım." "İhtiyaç duymayacağım."	"İsteğim olacak."	"Olumsuzluğu seviyorum."	"Teslim olmayacağım."
OLUMSUZ NİYETİN ARKASINDA	Bölünmeye karşı bütünlük	Terk edilmeye karşı ihtiyaç	Teslimiyete karşı irade	Boyun eğmeye karşı özgürlük	Sevgiye karşı cinsellik
İHTİYACI	Sınırları güçlendirmek	İhtiyaçlarını sahiplenmek ve kendi ayakları üzerinde durma	Güven	Dışa dönük, özgür olmak, ruhsal bağlantıları açmak	Kalbi cinsel organlara bağlamak

şey yapmış sayılmayız. Bu da kendimizle başlar. Tüm eksiklerimize rağmen kendimizi koşulsuzca sevebilir miyiz? Yaptıklarımız için kendimizi bağışlayabilir miyiz? Hata yaptıktan sonra "Tamam, ama bundan öğrendiğim bir şey var," diyebilir miyiz? "Ben Tanrı'nın gözünde aynıyım." "Kendimi ışığa göre hizalayıp, içimdeki tanrısalığa dönen yolu bulmak için gerekeni yapacağım." Bunu akılda tutarak karakter yapılarına dönelim, neden hepimizin ayrı ve çeşitli karakter yapıları var, bunu anlamak muhtemelen bir ömür alabilir.

Dr. Al Lowan ve Dr. John Pierrakos ile birlikte çalışarak fiziksel ve kişilik düzeylerinde be-

lirli karakter yapılarının ana unsurlarını ortaya çıkardık. John Pierrakos bunlara ruhsal ve enerjetik olanları da ekledi. Reich'in geliştirmiş olduğu biyolojik ve hastalık unsurlarına, insanoğlunun ruhsal boyutunu da katarak karakter yapılarının anlamlarını değiştirdi. Bu çalışmanın bir parçası olarak, şakraların işlevlerini bu karakter yapıları ile ilişkilendirdi. Ben de Şekil 13-5'den Şekil 13-8'e kadar ve ayrıca "Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" başlıklı bölümde yer alan enerjetik savunma sistemlerinde görebileceğiniz gibi her karakter yapısının genel aurik özelliklerini topladım.

Şekil 13-1, 13-2 ve 13-3 her yapının ana ka-

Şekil 13-2
HER KARAKTER YAPISININ ANA İFADELERİ
FİZİKSEL ve ENERJETİK SİSTEM

	<u>SİZOID</u>	<u>ORAL</u>	<u>PSİKOPATİK</u>	<u>MAZOİST</u>	<u>KATI</u>
FİZİKSEL BEDEN YAPISI	Uzunlamasına, sağ/sol dengesizlikleri	İnce, çökmüş göğüs	Şişmiş göğüs, ağır üst kısım	Baş öne doğru, ağır	Katı sırt, arkaya eğik kasık
VÜCUT GERİLİMİ	"Çember" baskı, koordine olmamış zayıf eklemler	Sarkık, kaygan kaslar, tutma	Sıkışmış üst yarı, spastik alt yarı	Sıkıştırılmış	Spastik, tabaka zırhı, ağ zırhı
VÜCUT DOLAŞIMI	Soğuk el ve ayaklar	Soğuk göğüs	Soğuk ayaklar/kasık bölgesi	Soğuk kaba etler	Soğuk kasık bölgesi
ENERJİ DÜZEYLERİ	Hiperaktif, topraklanmamış	Hipoaktif, düşük enerji	Çöküntüyle sonuçlanan hiperaktiflik	Hipoaktif (içselleşmiş enerji)	Hiperaktif (yüksek enerji)
ENERJİ LOKASYONU	Özde donmuş	Başta, genel tükenmişlik	Vücudun üst yarısı	İçten kaynama	Çevrede, özden uzak tutulmakta
ANA İŞLEVSEL ŞAKRALAR	7., 6. Ön, 3. Ön, 2. Arka, Asimetrik	7., 6. Ön, 2. Ön Unsur	7., 6., 4. Arka Unsur	6. Ön, 3. Ön	İrade merkezleri, 6. Ön
AÇIK ŞAKRALARIN PSİKODİNAMİKLERİ	Ruhsal, zihinsel, irade	Ruhsal, zihinsel, sevgi	Zihinsel, irade	Zihinsel, duygusal, irade	İrade, zihinsel
ENERJETİK SAVUNMA SİSTEMLERİ	Geri çekilme, "kirpi", kendinin yanında	Ağızdan emme, sözlü inkar, isteri	"Kanca", zihinsel "kavrama", isteri	Sessizce surat asma, "dokungaçlar"	Güç/irade gösterisi, sınırlar içine çekilme

rakteristiklerini gösteriyor. Bunlar 1972'de Dr. Jim Cox tarafından verilen biyoenerjetik eğitimi ve 1975'te John Pierrakos'un verdiği öz enerjetik eğitimlerinden derlendi. Bunlara kendi enerji alanı bulgularımı ekledim.

Şizoid Yapı

İlk (yaşam enerjisi akışındaki ana kesilmenin en erken meydana gelişi anlamında ilk) karakter yapısı, şizoid yapı olarak adlandırılır. Bu durumda, ilk travmatik deneyim doğum anında ya da daha öncesinde veya yaşamın ilk günlerinde gerçekleşmiştir. Travma genellikle ebeveyninden alınan düşmanca bir hisle ilgilidir; ebeveynin kızgınlığı, çocuğu veya doğumda yaşanacak travmayı istemeyen bir anne gibi; o yüzden çocuk ile arasında

bir kopukluk oluşabilir, bu da çocukta terk edilmişlik hissini yaratır. Böyle şeyler sıkça görülmektedir ama bu bahsettiğimiz kopukluk bir çocukta travma etkisi yaratırken bir diğerinde yaratmayabilir. Bu da, bedenlenen ruh varlığının doğası ve seçmiş olduğu yaşam görevi ile ilgili bir şeydir.

Bu travma durumuna karşı kullanılan doğal enerjetik savunma, ruh varlığının gelmekte olduğu ruhsal aleme geri çekilmesidir. Bu savunma, kişinin ruhsal alemde güvenli ve "uzak" bir yere kendini çekebilmesine kadar geliştirilir ve kullanılır (bkz. Şekil 12-3). Bu savunma alışkanlık halini alır ve kişi kendini tehlikede hissettiği her anda bunu kullanır. Bu uzaklaşma halini telafi etmek için de kendini kişisel düzeyde birarada tutmaya çalışır. Temel hatası korkudur; var olmaya hakkı olmadığı korkusu. İster terapist ister

Şekil 13-3
HER KARAKTER YAPISININ ANA İFADELERİ
İNSAN İLİŞKİLERİ

	<u>ŞİZİD</u>	<u>ORAL</u>	<u>PSİKOPATİK</u>	<u>MAZOSİST</u>	<u>KATI</u>
ANIMSATIR	Entelektüellik	Anaçlık	İtaat	Alaycılık	Rekabet
KARŞI AKTARIM TEPKİSİ	Geriye çekilme	Pasiflik, muhtaçlık, bağımlılık	Zorla kabul ettirmek	Suçluluk, utanç, içinde tutma	İçinde tutmaya doğru geri çekilme
İLETİŞİMİ	Mutlaklaştırır	Sorgular	Dikte eder	Mızıldayarak iğrenir	Sınırlandırır
LİSANI	Kişiselleşmemiş	Dolaylı	Doğrudan yönlendirme ("yapmalısın")	Dolaylı yönlendirme (kibar bir şekilde)	Ayartıcı
ÇİFTE BAĞLAM	"Var olmak ölmek demektir."	"Talep ediyorsam o sevgi değildir; talep etmezsem de alamam."	"Haklı olmalı ya da ölmeliyim."	"Öfkelenirsem küçük düşerim, öfkelenmezsem de küçük düşerim."	"Her seçim yanlıştır."
MASKE İFADESİ	"Sen beni reddet- meden önce ben seni reddederim."	"Sana ihtiyacım yok." "Sormayacağım."	"Ben haklıyım, sen haksızsın."	"Sen yapmadan önce ben kendimi incitirim (öldürürüm)."	"Evet, ama..."
AŞAĞI BENLİK İFADESİ	"Sen de mevcut değilsin."	"Beni umursa."	"Seni kontrol edeceğim."	"Seni kızdıracak ve kıskırtacağım."	"Seni sevmeyeceğim."
YÜCE BENLİK İFADESİ	"Ben gerçeğim."	"Tatmin oldum."	"Veririm."	"Ben özgürüm."	"Seviyorum." "Yapıyorum."

arkadaş olsun, diğer insanlarla iletişiminde; kişiselleşmemiş bir lisanla, mutlak terimlerle konuşur ve entelektüelleştirme eğilimi gösterir. Bu da aslında sadece daha çok yaşamdan ayrılık ve gerçekten var olmama deneyimi ortaya çıkarır.

Terapi için hazır olduğunda, şikayeti büyük oranda korku ve endişedir. Terapi çalışması sürdükçe, var olduğuna hissetmek için bütünlüğü hissetmek zorunda olduğu ama hayatta kalabilmek için ayrılmak zorunda olduğuna inanmasının çözmesi gereken mesele olduğu ortaya çıkar. Dolayısıyla bölünmeye yönelik olumsuz bir niyeti vardır. Bu da çift düğüm içeren bir durumdur: "Var olmak, ölmektir." Terapide bu sorunu çözmek için, kim olduğunu tanımlayan sınırlarını belirlemek ve fiziksel dünyada kendi gücünü hissetmek zorundadır.

Terapi sürecinde, hastanın terapistle iyi gö-

rünme çabasından vazgeçerek çalışmaya başlamasıyla, ilk karşılaşılan kişilik katmanı, bazen maske olarak da adlandırılan suçlama kısmı olur: "Sen beni reddetmeden önce ben seni reddedeceğim." Kişilik üzerinde daha derinlere inildikçe, aşağı benlik ya da gölge benlik olarak adlandırılan temel duygular da şöyle der: "Sen de yoksun." Sonra, çözüme gidilirken, kişiliğin yüksek güç ya da yüce benlik olarak adlandırılan bölümü şöyle söyler: "Ben gerçeğim."

Şizoid karakterli insanlar vücutlarını kolay terk edebilirler ve bunu sıkça yaparlar. Vücut düzeyinde bunun sonucu, birarada tutulan ya da bütün olmayan, parçaları kombinasyon halindeki bir bedendir. Bu insanlar genelde ince ve uzundur, fakat bazen ağır bedenleri de olabilir. Bedendeki gerilim vücudun çevresinde halkalar oluşturma eğilimindedir. Eklemeler genellikle za-

yıftır, beden koordinasyonsuzdur, eller ve ayaklar soğuktur. Kişi çoğunlukla hiperaktif ve topraklanmamıştır. Boyun bölgesinde, kafatasına yakın, koyu gri-mavi görünen bir enerji bloğu bulunmaktadır. Ense kökünde genellikle enerji fışkırmaları vardır. Çoğu zaman omurgada bükülmeler olmaktadır, bu da bedenin materyal gerçeklikten, kişinin alışkanlığı gereği bedeninden kısmen uzaklaşmasından ileri gelmektedir. Bilekler zayıf ve incedir, ayak bilekleri yere sağlam basamamaktadır. Omuzlardan biri diğerinden daha büyük olabilir (tenis oynamadan). Çoğu zaman baş bir tarafa eğik durumdadır, gözlerde zayıf bir bakış vardır, sanki kişi bir başka yerdeymiş izlenimini verir. Aslında öyledir de. Bu insanların çoğu küçük yaşta mastürbasyon yapmaya başlamışlardır, yaşam güçlerini cinsellikleri sayesinde bulacaklarını düşünürler. Etraflarındaki insanlarla ilişki kuramadıkları zaman bu onları "canlı" tutmaktadır.

Şizoid karakterli kişinin savunma mekanizmasını kullanarak kaçınmaya çalıştığı şey, içsel dehşeti, yani yok olma korkusudur. Bir bebek olarak tabi ki bununla başa çıkamaz çünkü korkutucu olarak gördüğü ya da doğum sürecinde en çok ihtiyaç duyduğu anda tarafından terk edildiğini hissettiği kişiye tamamen bağımlıdır. Bebek şizoid karakter, hayatta kalmak için bağımlı olduğu ebeveynlerinden en az birine karşı kesinlikle düşmanlık besler. Bu deneyim içindeki varoluş dehşetini harekete geçirir.

Şizoid karakter, bu içsel yok olma dehşetinden, ancak yetişkin olup bu duygunun çevreden çok kendi içsel öfkesinden kaynaklandığını anladığı zaman kurtulabilir. Bu öfke; dünyanın soğuk, düşmanca ve hayatta kalmak isteyenlerin zorla izole edildiği bir yer olarak algılanmasına yol açan sürekli deneyimlerden gelmektedir. Şizoid varlığın bir kısmı, bunun materyal gerçekliğin özü olduğuna inanır. Bu öfkenin altında sevgiye, sıcak ilişkiye, diğer insanların varlığıyla beslenmeye duyulan ihtiyaç yatar fakat çoğu durumda kişi bunu yaşamında yaratamaz.

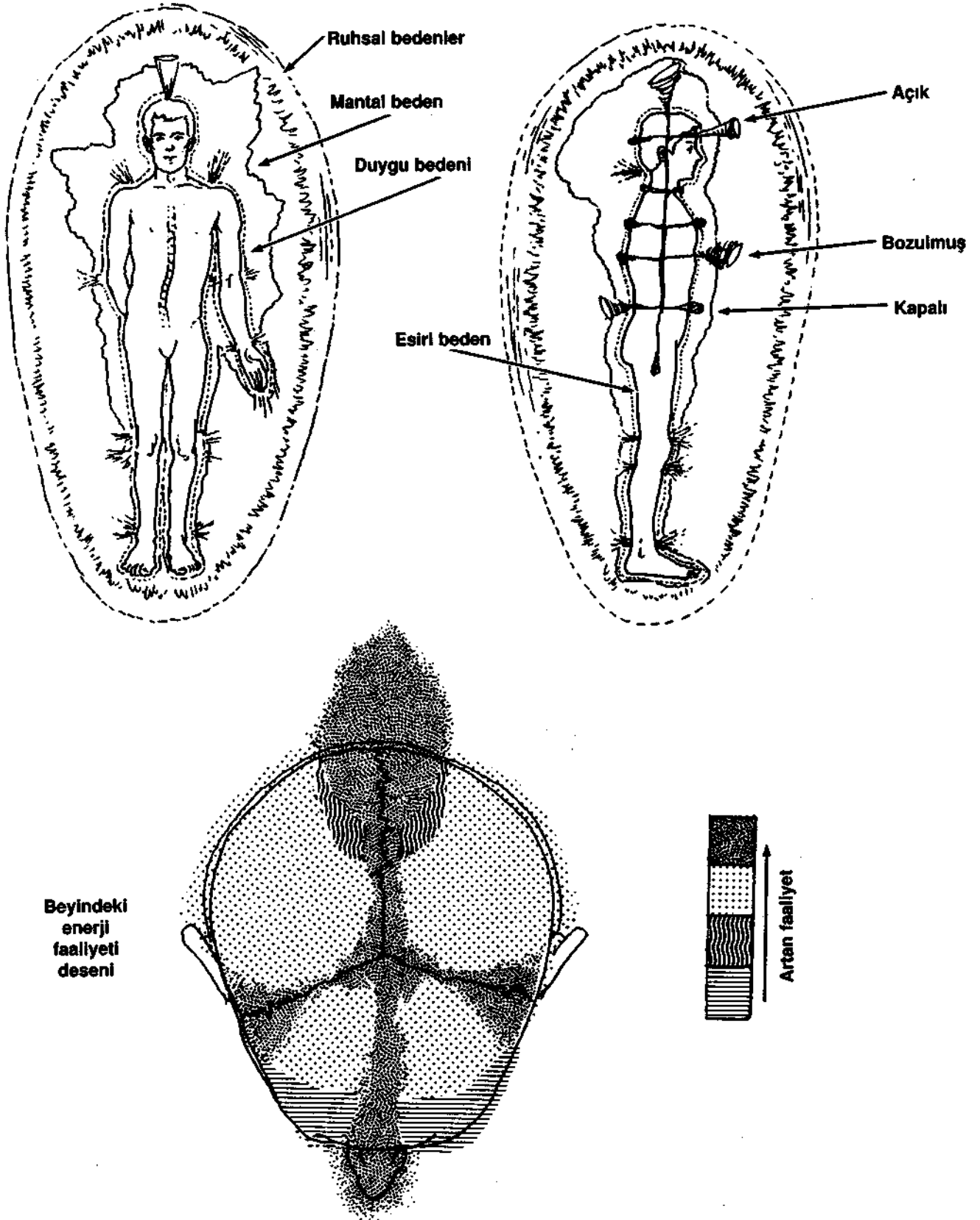
Korkusu, kendi öfkesinin patlayıp onu parçalara bölerek evrene dağılmasına yol açmasıdır. Mesele, kişinin savunma adına kaçmak yerine öfkesiyle azar azar yüzleşmesidir. Ayakları üzerinde durur ve bu öfkenin açığa çıkmasına izin

verirse, içsel acısından kurtulur ve ihtiyaç duyduğu sevgi ilişkilerine kavuşur, kendini sevmek için yer açar. Kendini sevmek, çalışma gerektirir. Karakter yapımız ne olursa olsun, buna gereksinim duyarız. Kendini sevmek her ne olursa olsun içsel hakikatimize göre yaşamaktır. Kendini sevmek, ihanet etmemeyi gerektirir. Son bölümde yer alan kendini sevme egzersizleri yoluyla çalışılabilir.

Şizoid Yapının Enerji Alanı

Şizoid yapı, temel olarak dengesizlikler ve aralar gibi enerji alanı devamsızlıklarıyla kendini belli eder. Kişinin temel enerjisi derinde tutulur ve terapi ve şifa uygulanıncaya kadar da serbest kalmaz. Şekil 13-4, zayıf eklem ve delikleri olan bu yapıdaki esiri bedenin zayıf ve kırılğan hatlarını göstermektedir. Rengi genellikle çok açık mavidir. Sonraki katman ve zihinsel bedenler ya sıkıca tutulmuş veya donmuş ya da bazen dengesiz bir enerji ile sağa sola, öne arkaya devinimler yaparken görülürler. Alan, vücudun ve başın bir tarafında daha parlak haldedir. Şizoid karakterlerin ruhsal bedenleri, auranın ya da göksel bedenin altıncı katmanında birçok parlak renkle görünür. Oval form ya da ketherik tabaka genellikle parlak ve altından çok gümüş rengi parıltılar barındıran bir haldedir. Genellikle yayılmış sınırları vardır ve bazen zayıflık olduğu görülen ayaklarda daralan yumurta şekli vardır, çok şişmemiştir.

Auranın esasen ilk üç bedende görülen dengesizliği, terapi sürecine girmemiş şizoid karakterde şakralara da uzanır ve şakralar da saat yönünün tersinde işlemektedirler. Bu durum, aldıklarından daha fazla enerji yolladıkları anlamına gelir. Bozulmuş şakralar, karakter yapısının dönüşüm gerektiren niteliklerine denk düşer. Saat yönündeki (açık) şakralar genellikle asimetrictirler, yani açık oldukları halde dengeli bir işleyiş göstermezler. Şakranın bir kısmından bir diğerine fazla enerji akışı olur. Bu akış yanaldır, yani vücudun sağ tarafında, sol tarafında olduğundan daha belirgindir. Yani yaşamın bu yandaki şakra tarafından yönetilen alanında kişi daha aktif ve saldırgan olur. "Şakra ya da Enerji Merkezi



Şekil 13-4. Şizoid Karakterin Aurası

Tanısı" başlıklı bölümde aktif/pasif bölünme anlatılırken buna değinmiştik. Sarkaç tarafından diyagonal veya eliptik olarak ölçülen şekil, asimetrik şakranın durugörüre nasıl görüldüğünü gösterir (Şekil 13-4).

Genellikle açık olan şakralar, arka cinsel merkez (ikinci), solar pleksus (üçüncü), alın (altıncı) ve taçtır (yedinci). Altıncı ve yedinci merkezler kişinin zihinsel ve fiziksel olmayan ruhsallığıyla ilintilidir. Ayrıca irade de işin içine girer (ikinci şakra). Bu şakra konfigürasyonları değişkendir ve kişinin dönüşümsel çalışması sırasında değişkenlik gösterirler. Kişi, üç boyutlu fiziksel dünyada var olmaya açık hale geldikçe, bu şakralar açılır. Çoğu zaman arka cinsellik merkezi çalışmanın başında açık değildir.

Şekil 13-4'ün alt kısmında, beyin bölgesindeki parlak enerji hareketlerinin birbirine göre derecelerini görebilirsiniz. En parlak ve aktif bölge arka kısımdır, en az olan ise ön kısım. İkinci en aktif şakra, beynin üçüncü göz ve üçüncü beyin karıncığı bölgesidir ve bunlar parlak bir köprüyle birbirine bağlıdır. Sonra da yan loblar gelir, bunlar lisan ile ilgilidir. Beyinde, zayıf aktiviteye sahip görünen geniş bölgeler vardır.

Ön bölgedeki düşük enerji, şizoidlerde genellikle görülen "boş boş bakma" halinde görülebilir. Enerjisini doğrudan omurgaya gönderir ve başın arka kısmından dışarı çıkarır; başın arka kısmında enerji kabarmaları yaratır. Bu, fiziksel düzeyde burada-ve-şimdi temasından kaçınmanın bir yoludur.

Şizoid karakter tarafından kullanılan başlıca enerjetik savunma sistemleri kirpi, geriye çekilme, kendinin yanında olmadır, ki bunlar "Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" başlıklı bölümde ele alınmış ve Şekil 12-3'de gösterilmişti. Elbette başka yapıdaki insanlar da farklı zamanlarda bu savunma sistemlerini kullanmaktadırlar.

Şizoid Yapının Yüce Benliği ve Yaşam Görevi

Kişisel gelişim sürecinde, kişinin eksiklikleri hakkında dürüst olmak, bunların dönüştürülebilmesi için üstlerinde çalışmak açısından çok

önem taşır. Fakat olumsuzluklar üzerinde her an durmak da doğru değildir. Bunların dönüştürülmesine gösterilecek dikkat ile yüce benliğin yapısını bulmaya, onu desteklemeye ve onun yaşantı içinde tezahür edebilmesine gösterilecek dikkat dengelenmelidir. Zaten, dönüşüm de bu değil midir?

Şizoid karaktere az ya da çok sahip insanlar, kişilik yapıları içinde genellikle çok ruhsal insanlardır. Yaşamın derin amaçları ile ilgili derin duyulara sahiptirler. Çoğu zaman ruhsal gerçekliği, kendilerini çevreleyen dünyasal hayata taşımaya çalışırlar. Çok yaratıcı insanlardır, yaratıcı ve farklı fikirleri vardır, her odası birbirinden farklı dönemlerin, farklı kültürlerin ve farklı stillerin etkisinde dekore edilmiş bir konağa benzetebiliriz onları. Her bir oda kendine göre son derece şıktır çünkü şizoid bu geniş beceri (döşenmiş odalar) yelpazesini birçok yaşam içinde geliştirmiştir. Sorun şu ki, bu odaların aralarında geçitler yoktur. Bir odadan diğerine geçmek için, şizoidin bir pencereden diğerine merdivenle inip çıkması gerekir. Bu da hiç uygun değildir. Varoluşunun parçalarına ulaşabilmesi için, şizoidin bu güzel odalar arasında geçitler açabilmesi gerekir.

Genelde, şizoid karakterdeki kişinin kişisel görevinin, onun muazzam yaratıcılığını engelleyen içsel dehşet ve öfkeyle ilişkili olduğu söylenir. Bu dehşet ve öfke, onun kişiliğini ayrı parçalar halinde tutar, kişi yaratıcı gücünün biraraya gelmesinden korkar. Onun görevi ayrıca ruhsallığını maddesel dünyada somutlaştırmak, tezahür ettirmekle de ilgilidir. Bu da onun yaratıcı gücüyle; yani yazı, icatlar, diğer insanlara yardım vs. yoluyla ruhsal gerçekliğini ifade etmesiyle mümkün olabilir. Sözümlü ettiğimiz bu görevler çok kişiseldir ve genelleştirilmemelidir.

Oral Yapı

Oral karakter, normal gelişimin oral safhada durması ile meydana gelir. Nedeni de terk edilmişliktir. Bunun nedeni bir ebeveynin ölümü, hastalığı veya kendini geri çekmesi olabilir. Anne çocuğa vermiştir ama yeterince değil. Birçok kez veriyormuş "gibi yapmıştır" ya da kendine rağmen vermiştir. Bu durumdaki çocuk bu kaybı bi

şekilde telafi etmek ister ve erken "bağımsızlık" edinme isteği taşır, genellikle erken konuşur ve yürür. Alabilme yeteneği hakkında karmaşaya düşer, ihtiyacını istemekten korkar çünkü içten içe bunun kendisine verilmeyeceğini düşünmektedir. İlgilenilme ihtiyacıyla ilgili duyguları; bağımlılığa, bir şeye tutunmaya ve azalan saldırganlığa sebep olur. Bağımsız davranışları, stres ve baskı altında çöker. Alabilme yetisi; hınç dolu bir pasifliğe dönüşür, saldırganlığı da açgözlülüğe.

Oral yapıdaki insan genellikle içine kapanmış, boşluk hissi içinde ve sorumluluk almak istemeyen biridir. Vücudu gelişmemiştir; kasları ince, zayıf ve yumuşaktır, güçsüzdür. Bir yetişkin gibi görünmez, zayıf bir göğsü vardır, rahat nefes alamaz ve gözleri enerjini emer. Psikodinamik olarak, terk edilme hissine karşılık başka insanları kavrar sanki, onlara tutunur. Yalnız kalamaz, başkalarının varlığına ve ilgisine abartılı bir biçimde ihtiyaç duyar. İç boşluğunu telafi etmek için bunu "dışarı"dan sağlama çabasıdır. Özlem ve saldırganlık hislerini ve isteklerini bastırmaktadır. Terk edilmekten dolayı duyduğu öfkeyi içinde tutmaktadır. Cinselliği de yakınlık ve temasa geçmek için kullanır.

Oral yapıya sahip kişi, yaşamda pek çok kez hayal kırıklığı yaşamıştır; pek çok kez elini uzattığında reddedilme yaşamıştır. Ne elde ederse etsin asla yeterli olmayacağını hisseder, içi acılaşır. İnkâr ettiği arzu ve isteklerini başka bir şeyle telafi etmeye çalıştığı için asla tatmin olamaz. Kişisel düzeyde, tatmin ve doyum beklentisi içindedir. Başkalarıyla ilişki kurarken, dolaylı sorularla karşısındakilerde bir şekilde annelik tavrı uyandıracak biçimde konuşacaktır. Fakat bu ona yeterli olmayacaktır, çünkü o bir çocuk değil, yetişkindir.

Terapiye, pasiflik ve bitkinlik şikayeti ile gelir. Terapinin amacı, yaşamında ihtiyaç duyduğu doyuma ulaşmasıdır. Fakat ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamak söz konusu olunca, terk edilme ya da bir başkasının "gibi yapma" riskini göze alması gerektiğine inanmaktadır. Böylece olumsuz niyeti, "Bunu bana vermeni sağlayacağım" veya "İhtiyacım olmayacak," şeklindedir. Bu da beraberinde bir çift düğüm getirir, "Eğer istersem, bu aşk olmaz; eğer istemezsem, ala-

mam." Bu sorunu terapide çözmek için, ihtiyaçlarının farkına varmalı ve onları sahiplenmeli, yaşantısını ihtiyaçlarının karşılanacağı biçimde yaşamayı öğrenmelidir. Kendi ayakları üzerinde durmayı öğrenmesi gerekir.

Terapi sürecinde, kişiliğin ilk katmanını kullanan maske olacaktır. Maske der ki; "Sana ihtiyacım yok" veya "İstemeyeceğim". Kişiliğin derinlerine inme işi bittiği zaman, aşağı ya da gölge benlik şöyle der: "Benimle ilgilen." Sonra, çözümlenme başladığında, kişiliğin yüce benliği şunu der: "Tatmin oldum."

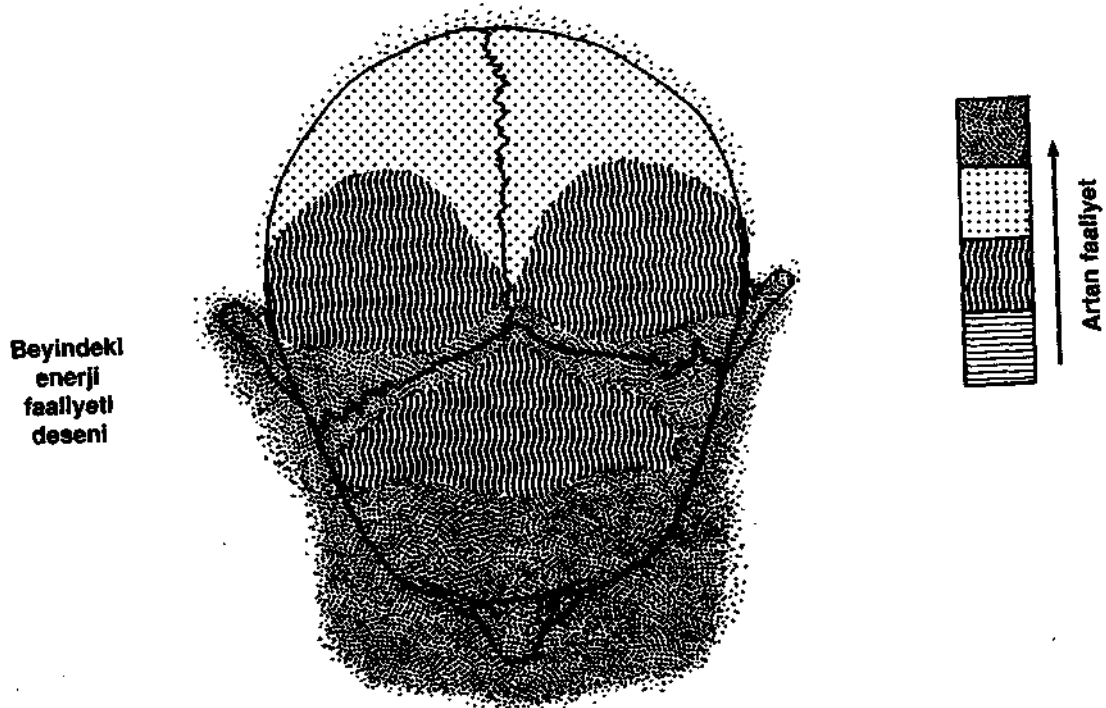
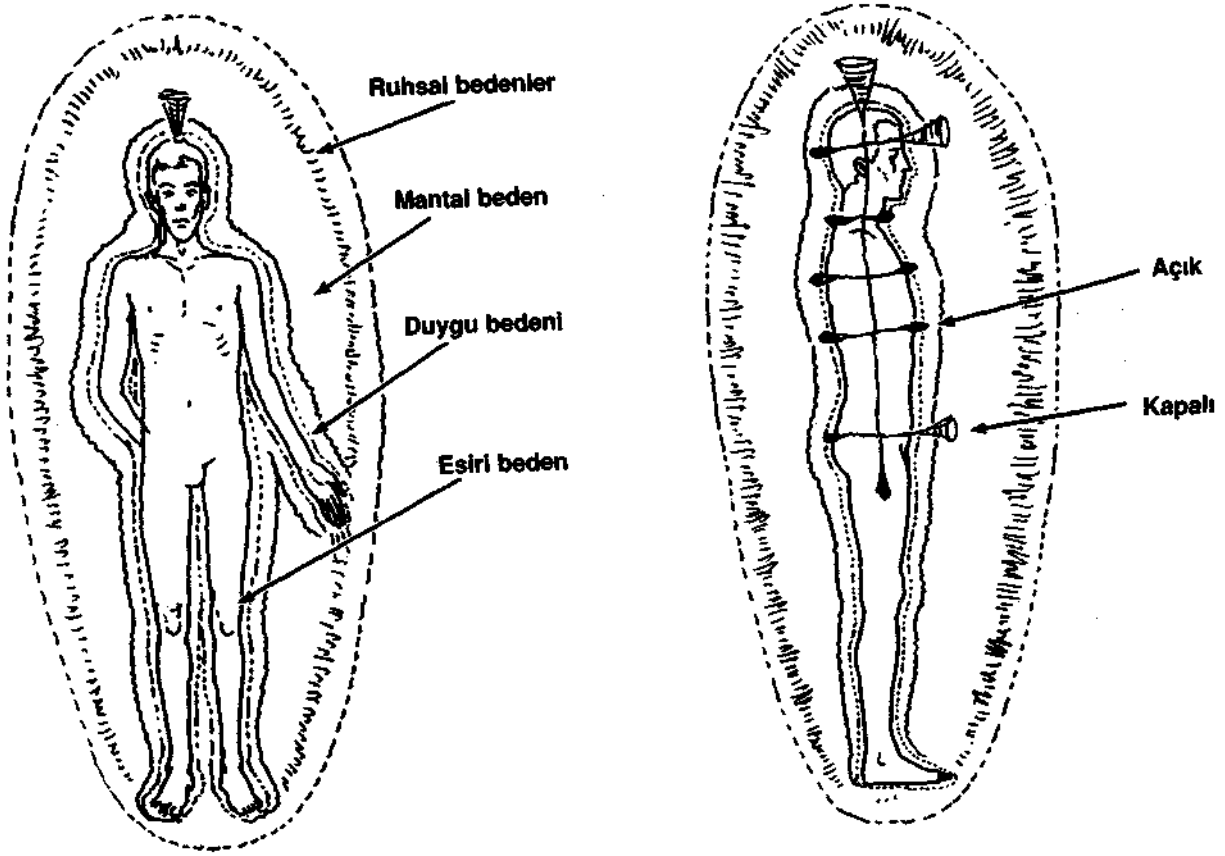
Oral Yapının Enerji Yapısı

Oral karakter (Şekil 13-5) sakin, sessiz ve boş bir alan olma eğilimindedir. Temel enerji baş kısmına yerleşmiştir. Esiri beden, deriye çok yakın tutulmaktadır ve rengi de açık mavidir. Duygu bedeni de tutulmaktadır, fazla renkli değildir ve tüketilmiştir. Mantal beden parlak ve genelde sarımsıdır. Auranın yüksek düzeyleri fazla parlak değildir. Dış yumurta formu (yedinci tabaka) tamamen şişkin, parlak değildir, gümüşe daha yakın altın-gümüş rengindedir ve ayaklar civarında tüketilmiş durumdadır.

Şakralar hemen hemen kapalıdır ve şakralar üstünde işlev çalışması yapmamış oral yapıya sahip kişilerde enerjisizdirler. Taç ve alın merkezleri açıktır, bu da zihinsel ve ruhsal netliği getirir. Eğer kişisel gelişme çalışması yapmışsa, ön cinsel merkez de açık olabilir. Böylece kişi cinsellikle ilgili ve cinsel duygulara sahip olur.

Enerji alanının baş kısmındaki enerji aktivite konfigürasyonu Şekil 13-5'te gösterilmektedir. Buna göre, enerjinin büyük kısmı beyin ön ve yan kısımlarında toplanmıştır, az bir kısmı ise arka taraftadır. Yani oral karakter fiziksel aktiviteyi değil, entelektüel ve sözel aktiviteyi merkez almış durumdadır.

Oral karakter tarafından kullanılan savunma mekanizmaları sözlü inkar, ağızdan emme ve öfkeyi kışkırtmaktan ziyade dikkat çekmeye yönelik kullanılan sözlü oklardır; yani "Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" bölümünde anlatılan, mazoşistik karakterin kullandığı şekilde değil.



Şekil 13-5. Oral Karakterin Aurası

Oral Yapının Yüce Benliği ve Yaşam Görevi

Oral karakterin, evrenin bereketine güvenmeyi öğrenmeye ve aşırı kavrama alışkanlığından vazgeçmeye ihtiyacı vardır. Vermeye ihtiyaç duyar. Kurban rolünden vazgeçmeli ve elde ettiğini kabullenmeyi bilmelidir. Yalnız kalma korkusuyla yüzleşmeli, içindeki boşluğa dalmalı ve o boşluğun aslında hayatla kıpır kıpır kaynadığını anlamalıdır. Kendi ihtiyaçlarına sahip çıkıp ayakları üzerinde durabildiği zaman, "Ona sahibim" diyebilecek ve öz enerjisinin açılıp akmasına izin verecektir.

Oral karakterin iç görünüşü hassas bir müzikal enstrümanı andırır, mesela bir Stradivarius kemanını. Bu kişi enstrümanını iyice akort etmek ve kendi senfonisini yazmak zorundadır. Yaşam senfonisindeki kendine özgü melodiye bulduğunda tatmin olacaktır.

Yüce benlik açığa çıktığı zaman, oral karakterdeki kişiler zekalarını sanat ve bilim alanında yaratıcı biçimde kullanabilecektir. Pek çok şeyle ilgilendiği için doğal bir öğretmen olacaktır ve bildiklerini kalbinden gelen sevgiyle aktarabilecektir.

Yerinden Kaymış ya da Psikopatik Yapı

Yerinden Kaymış yapıdaki kişi çocukluğun ilk dönemlerinde, karşı cinsteki ebeveynin gizlice baştan çıkarıcılığına maruz kalmıştır. Ebeveyn, çocuktan bir şeyler istemiştir. Psikopat, ebeveynlerin arasında kalmıştır; aynı cinsteki ebeveynlerden de destek görememektedir. Karşı cinsteki ebeveynin tarafına geçer, ihtiyaç duyduklarını alamaz, kendine ihanet edildiğini hisseder ve bunu telafi etmek için o ebeveyni kullanmaya, yönlendirmeye başlar.

Kişinin bu duruma tepkisi, diğer insanları elinden geldiğince kontrol altında tutmak olur. Gerektiğinde yalana başvurur. Desteklenmeye ve teşvik edilmeye ihtiyacı vardır. Fakat diğer insanlarla ilişkisinde katı bir üslup geliştirmiştir ve "Şöyle yapmalısın..." tarzında emirler verme yoluna başvurmaktadır. Bu da destek görmesine pek yardımcı olan bir tavır değildir.

Olumsuz özellik olarak, bu yapıdaki kişilerde baskın bir güç isteği ve başkalarına baskın gelme ihtiyacı görmekteyiz. Kontrol sağlamak için iki yol kullanır: Zorbalık ve güç kullanmak ya da baştan çıkarma yöntemiyle karşısındakilerin gücünü ellerinden almak. Çoğu zaman cinselliği düşmancadır, fantazileri de öyle. Kendini derinden aşağılık görme hislerini, üstünlük ve horgörme hislerini ideal bir tabloya oturtarak örter.

Terapiye geldiği zaman şikayeti, yenilgi hissidir. Kazanmak ister. Fakat destek görmeyi teslim olmak olarak algılar, bunun da yenilgi olduğuna inanır. Dolayısıyla olumsuz niyeti, "İsteğim yerine gelecek," olur. Bu da çift düğüm olarak "Haklı olmalı ya da ölmeliyim," düşüncesini doğurur. Terapide bu sorunu çözmek için, güvenmeyi öğrenmesi gerekir.

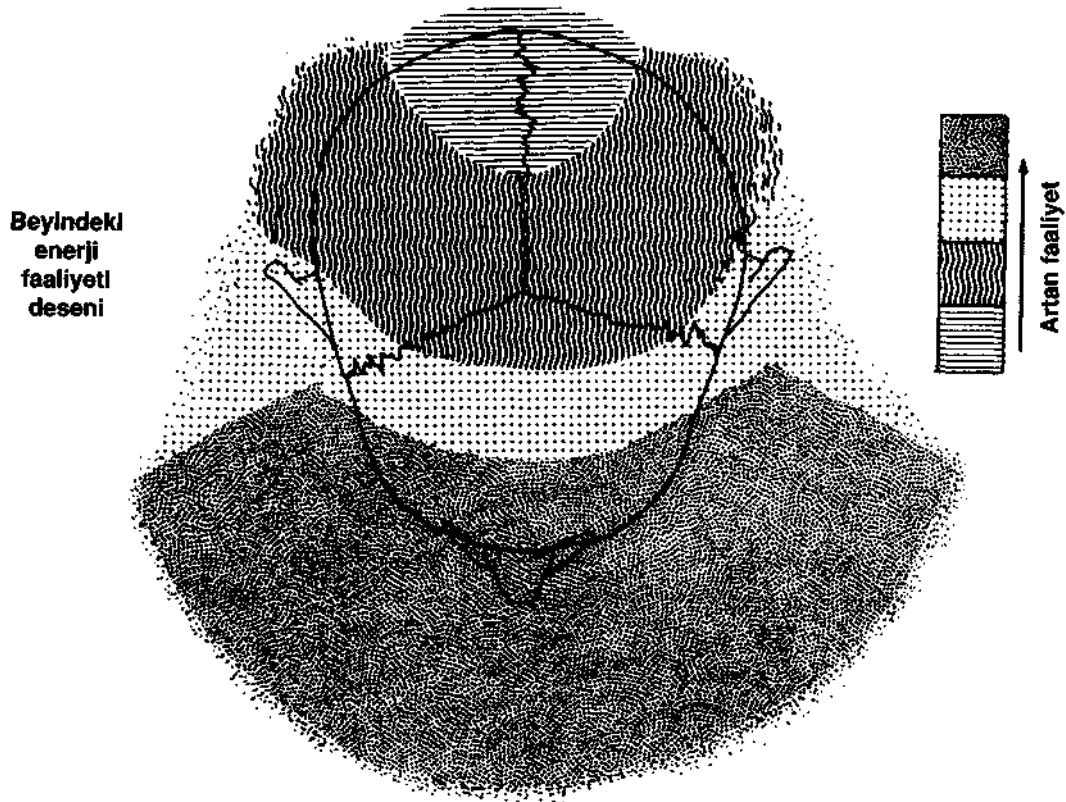
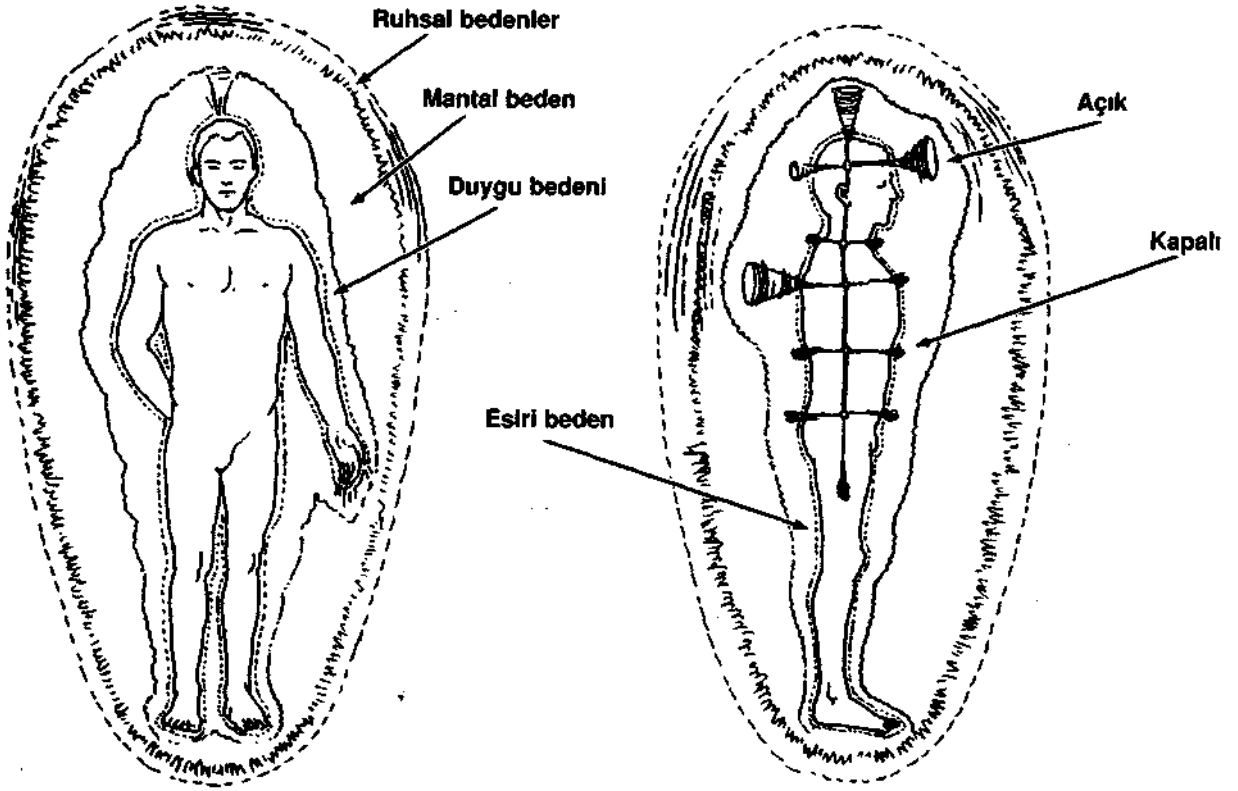
Terapi sürecinde, kişiliğin karşılaşılan ilk katmanı yine bir maskedir. Bu maske "Ben haklıyım, sen haksızsın," der. Kişiliğin derinlerine inildikçe, aşağı ya da gölge benlik şunu der: "Seni kontrol edeceğim." Çözümleme başladığı zaman, sonuçta kişiliğin yüce benliği şunu der: "Teslim oluyorum."

Vücudun üst yarısı patlamış gibidir, üst ve alt yarılar arasındaki enerji akışında eksiklik vardır. Kasık bölgesi yeterince dolmamıştır, soğuk ve sıkı sıkı tutulmaktadır. Omuzlarda yüksek baskı vardır, kafatası ve gözlerde de öyle; bacaklar zayıftır ve yere sağlamca topraklanmamıştır.

Psikopatik yapı, başarısızlık ve yenilgi korkusu ile yüz yüzedir. İnsanlara bağımlılık ile onları kontrol etme isteği arasında kalmıştır. Kontrol edilmeyi ve kullanılmayı kurban durumuna düşmek olarak görür, bu da onu fazlasıyla küçük düşürür. Cinsellik bir güç oyunu gibidir, zevk ikinci planda kalır. Başkalarının kendisine ihtiyaç duymasını sağlayarak, kendi ihtiyaçlarını ifade etmemeye çalışır.

Psikopatik Yapının Enerji Alanı

Temel enerji, vücudun üst yarısında bulunur. Enerji düzeyi önce hiperaktiftir, sonra çöker. Bu yapıdaki kişi (Şekil 13-6), tüm aurik düzeylerde enerjinin dipte tüketildiği ve üstte yoğunlaştığı



Şekil 13-6. Psikopatik Karakterin Aurası

bir sahaya sahiptir; dolayısıyla yumurta formu da bozulmuştur. Esiri azalma ayaklara doğrudur ve şizoid ve oral yapılar kıyasla daha koyu ve güçlü bir mavi renk barındırır. Duygu bedeni de üst kısımda yoğunlaşmış haldedir. Mantal beden, geriye doğru değil de vücudun ön kısmından dışarı çıkacak gibidir; duygu bedeni ise kürek kemikleri arasında yerleşmiş olan irade merkezinde şişkinleşmiş ve genişlemiş bir haldedir. Yüksek aurik katmanlar da üst yarıda daha güçlü ve parlaktır.

Psikopatik yapıdaki şakra konfigürasyonu genellikle omuz ve boyun bölgesinde açık irade merkezleri içerir, omuzlar arasındakiler son derece geniştir ve aşırı kullanılmıştır; ön ve taç merkezleri de açıktır, diğerlerinin çoğu fakat özellikle his merkezleri kapalıdır. Arka cinsel merkez kısmen açık olabilir. Dolayısıyla asıl faaliyet gösteren merkezler zihin ve irade merkezleridir.

Beyindeki enerji aktivitesi ön loblarda güçlü ve parlaktır. Bu enerji aktivitesi başın arka tarafına doğru azalır, özellikle başın arkasında iyice koyu ve durağan bir hal alır. Bu da kişinin bedensel aktivitelerden ziyade entelektüel işlerle uğraştığını gösterir. Zeka ayrıca iradenin kullanılmasına da hizmet eder.

Ön loblardaki bu güç ile kişi, karşısındakinin başına enerji yıldırımları göndererek onu zihinsel olarak kavrar ve bunu bir savunma olarak yapar. Bunu sözlü inkar şeklinde de yapabilir. İsterik savunma sisteminde kullanılan andıran bir yanardağ gibi öfkeyle patlayabilir de ama buradaki aynı türden bir kaosa yol açmayan kontrolü ve dengeli enerji biçimidir.

Psikopatik Yapının Yüce Benliği ve Yaşam Görevi

Bu yapıdaki kişi, vücudun üst yarısındaki enerjiyi ve başkalarını kontrol etme isteğini azaltarak derin duygularına ve cinsel duygularına teslimiyeti bulmaya ihtiyaç duyar. Bununla, gerçeklikte olma özlemini tatmin edebilir, arkadaşlarıyla ilişkisi kurabilir ve kendini gerçek bir insan gibi hissedebilir.

Psikopatik karakterin iç görünüşü, fantezi ve onur maceralarıyla doludur. Burada gerçek

kazananlar onur ve dürüstlüğü yanında olanlardır. Dünya onlara göre gerçek onur ve soyluluğun etrafında döner. Bunu gerçek dünyada yapabilmeyi nasıl ister! Bir gün bunu başaracaktır da.

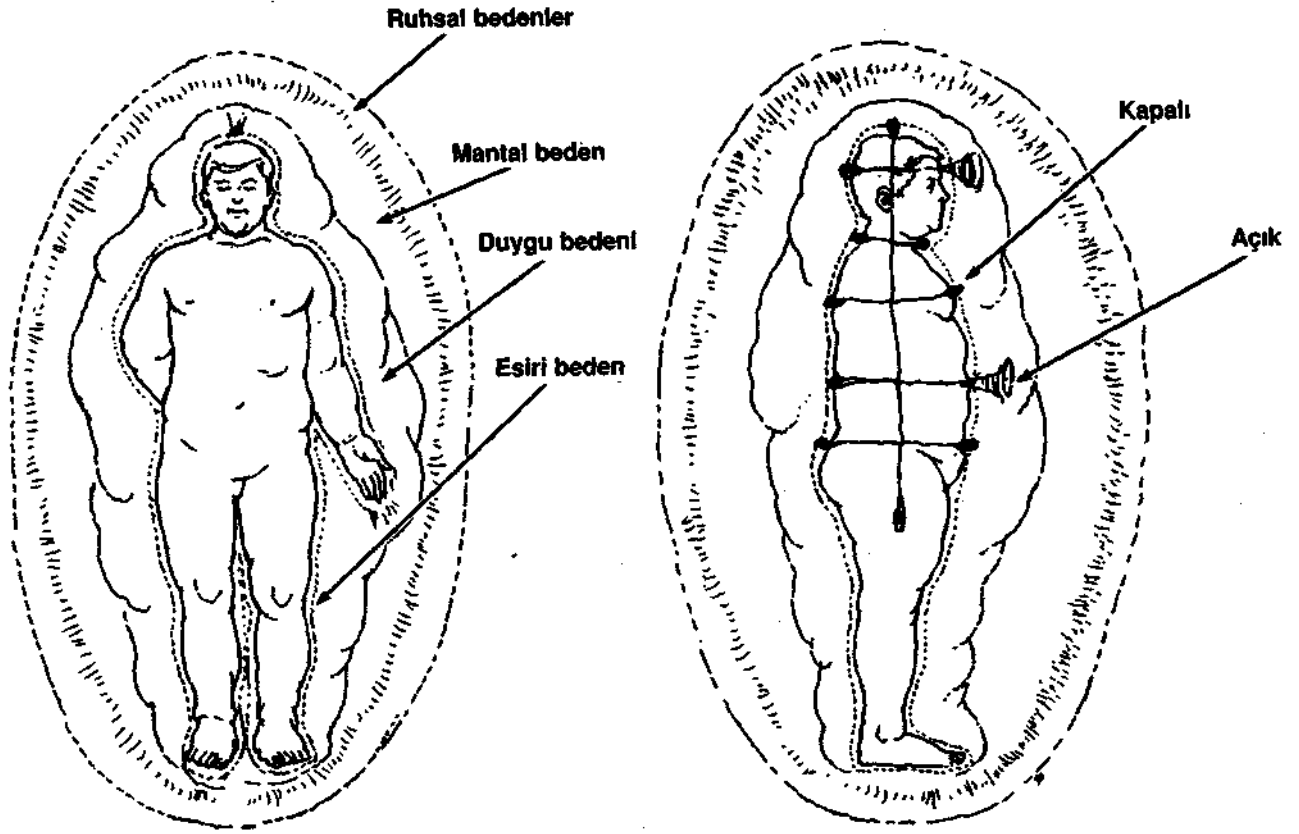
Yüksek benliğin enerjileri serbest kaldığı zaman, kişi dürüstlüğe ve bütünlüğe kavuşur. Son derece gelişmiş zekası, diğer insanların kendi gerçeklerini bulmalarına yardım ederek anlaşmazlıkları çözümlenmekte kullanılabilir. Bu dürüstlük ile, başkalarını da bu yola doğru yönlendirebilir. Bu karmaşık projeleri gerçekleştirebilecek güce ve sevgi dolu büyük bir kalbe sahiptir.

Mazoşist Yapı

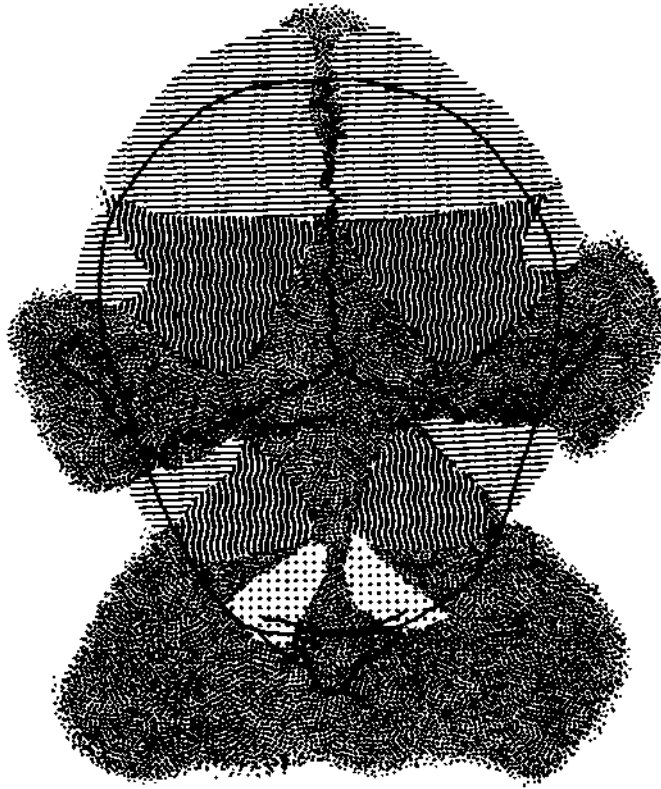
Çocuklukta, mazoşist kişiliğe gösterilen sevgi, koşullara bağlıdır. Annesi baskın ve serttir, yemek yemesine ve hatta dışkılamasına dahi müdahale eder. Çocuk dışa dönük ve özgür bir tavır sergilediğinde kendini suçlu hissetmeye yönlendirilmiştir. Bu baskıdan kurtulmak için gösterdiği çabalar bastırılmıştır, böylece çocuk kendisini küçük düşmüş, tükenmiş ve tuzağa düşmüş hissetmektedir. Buna tepki olarak hislerini ve yaratıcılığını içinde tutar. Aslında her şeyi içeride tutmaya çalışmaktadır. Bu da zamanla kızgınlık ve nefrete yol açar. Bağımsız olmak ister, ama başkalarıyla irtibat kurduğu zaman diğer insanları dolaylı olarak kullanabilmek için kibar sözlerle örtülü mızıldayan iğrenme hissini bu ilişkiye yansıtır. Bu da diğer insanlarda alaycılığın ortaya çıkmasına yol açar. Alaya alınmak da onun öfkelenebilmesine neden olur. Aslında zaten kızgındır, ama artık bunu yansıtmaya hakkını kendinde görür. Böylece kendini bağımlılığa hapseden bir kısır döngü içinde bulur.

Olumsuz tarafta, bu kişi eziyet çeken, şikayet eden ve yakınan, dışarı karşı teslimiyet gösteren ama aslında teslim olmayan biridir. Engellenmiş kin, negatifiklik, düşmanlık, üstünlük ve korku hisleriyle, içindeki öfke vahşice patlayacaktır. İktidarsız olabilir ve pornografiye yoğun bir ilgi besler. Kadınlarda doyuma ulaşamama durumu görülür ve cinselliklerinin temiz olmadığı fikrindedirler.

Terapiye başlarken asıl şikayetleri gerilim-



Beyindeki
enerji
faaliyeti
deseni



Şekil 13-7. Mazoşist Karakterin Aurası

dir. Bu gerilimden kurtulmak isterler, fakat şuur-suzca, eğer bundan kurtulurlarsa küçük düşme ve teslim olma ile yüz yüze geleceklerini düşünürler. Yani şuur dışı olumsuz niyet, engellenmiş halde kalmaktır ve "olumsuzluğu sevmek"tir. Bunun yol açtığı çifte düğüm, "Eğer öfkelenirsem küçük düşeceğim; eğer öfkelenmezsem küçük düşeceğim," şeklindedir. Terapide bu sorunu çözmek için dışa dönmesi, kendini özgür hissetmesi ve ruhsal bağlılığına açılması gerekir.

Terapi sürecinde kişinin ilk tabakası olarak karşılaşılan maske şunu der: "Sen beni öldürmeden (incitmeden) önce ben seni öldüreğim (inciteceğim)." İç görünüşünü anlamamızı sağlayan çalışmalardan sonra, aşağı benlik şuurlu hale gelir. "Seni kahredip kıskırtacağım," demektedir. Bu da, en sonunda yüce benliğin serbest kalmasına, kurtulmasına ve "Özgürüm," demesine imkan verir.

Fiziksel olarak alırsak, aşırı gelişmiş kaslara sahiptir, fakat belde ve boyunda kısılma görülür. Boyun, çene, boğaz ve kasık bölgesinde yoğun gerilim vardır. Kaba etleri soğuktur. Enerjisi boğaz bölgesinde tıkanmıştır, başı öne doğru itilmiştir.

Psikodinamik olarak, kendini bataklığa batmış gibi hisseder; sızlanır ve şikayet eder, hislerini içinde tutar ve kıskırtır. Bu kıskırtmaları başarılı olursa, patlamak için bahane bulmuş demektir. Aslında bunu şuurlu yapmaz ve memnun etmeye çalıştığını sanar.

Mazoşist Yapının Enerji Alanı

Temel enerjisi içselleştirilmiştir. Hipoaktif ama buna rağmen için için kaynamaktadır. Bu yapıdaki kişinin (Şekil 13-7) alanı tamamen şişmiş durumdadır. Esiri beden yoğun, işlenmemiş, kalın bir yapıda ve maviden griye çalan bir renktedir. Duygu bedeni geniş, parlak ve esiri beden gibi düzenli yayılmış şekildedir. Mantal beden, vücudun alt kısmında bile parlak ve geniştir. Akıl ve duygu daha kaynaşmış durumdadır. Göksel beden her kısımda parlaktır, leylak-kestane-mavi karışımı bir renktedir. Yumurta tamamen şişmiş ve koyu altın rengini almış durumdadır. Dibe doğru biraz ağırlaşır ve yumurtadan ziyade da-

ha oval bir yapı alır. Dış kenarları kalındır ve biraz gerilim altındadır.

Öz enerjetik çalışmasından önce genellikle açık olan şakralar alın, solar plexus ve kısmen açık olan arka cinsel merkezdir. Yani zihinsel, duygusal ve irade özellikleri işlevseldir. Beyindeki enerji aktivite özelliği önde, kafatasının yanında ve karıncıkta yoğunlaşır, bunun bir kısmı gerideki daha az aktif alanla çevrelenmiş kısma dek uzanır. Mazoşist tarafından kullanılan savunma mekanizmaları ise dokungaçlar, sessizce surat asma ve sözlü oklardır.

Mazoşist Karakterin Yüce Benliği ve Yaşam Görevi

Mazoşist karakter, saldırganlığını serbest bırakarak küçük düşme hissinden kurtulma ihtiyacı içindedir. İsteddiği şeye uygun olarak kendini aktif şekilde ifade etmesi gerekir.

Mazoşist karakterin iç görünüşü işlenmiş altın ve gümüş gibidir. Her biri kişisel tatlar ve özellikler taşıyan hassas yaratıcılık ürünleridir bunlar. Her nüans önemlidir. Bu gelişmiş yaratıcılık açığa çıktığı zaman, tüm dünya saygı dolu bir şaşkınlık yaşayacaktır.

Yüce benlik enerjileri, başkalarıyla ilgilenmek arzusu ile doludur. Doğal bir arabulucudur. Yüreği kocamandır. Enerji ve anlayış anlamında destekleyici ve vericidir. Merhamet hissi gelişmiştir, aynı zamanda eğlenmeye de açıktır. Yaratıcı oyunlara yeteneklidir. Tüm bu yetenekleri istediklerini gerçekleştirmede başarı ile kullanabilir.

Katı Yapı

Katı yapıya sahip kişi, çocukluğunda, karşı cinsteki ebeveyni tarafından reddedilmeyi deneyimlemiştir. Çocuk bunu sevgisinin ihanete uğraması olarak deneyimlemiştir çünkü erotik zevk, cinsellik ve sevgi; bunların hepsi de çocuk için aynı şeydir. Bu reddedilmeyi telafi etmek için tüm duyguları kontrol altında tutmak ister; acı, mücadele ve iyi duygular. Teslim olmak onun için korkulacak bir şeydir çünkü bu tüm o duygula-

nın açığa çıkması anlamına gelir. Dolayısıyla ihtiyaçlarına doğrudan isteyerek ulaşamaz, istediğini elde etmek için insanları kullanır. Gurur, sevgi hissiyle özdeşleşmiştir. Cinsel aşkın reddedilmesi bu gururu incitir.

Psikodinamik olarak, katı yapıdaki kişi, duygu ve hareketlerini aptal görünmemek için içinde tutar. Hırs ve rekabetçi saldırganlıkla doludur, çok dünyasaldır. "Ben üstünüm, ben her şeyi bilirim." hissini taşır. İçinde ihanete uğrama korkusu vardır, incinmekten ne pahasına olursa olsun kaçınır. İncinmekten korkar.

Başını ve sırtını gurur ifadesi olarak dik tutar. Yüksek düzeyli dış kontrolü ve fiziksel gerçeklikle güçlü bir özdeşleşmesi vardır. Bu güçlü egoyu, işleri olurluna bırakmaktan kaçınmanın bahanesi olarak kullanır. Ego tarafından belirlenmemiş, istem dışı davranışlardan korkar. Bu kişiliğin iç benliği, duygularla dolup taşmaya karşı duvarlarla çevrilidir. Cinselliği aşağılamayla yaşar, sevgiyle değil.

Duygularını içinde tutarken, daha fazla gurur yaratmaktır. Başkalarından sevgi ve cinsel duygular talep eder, fakat onlarla etkileştiğinde, baştan çıkarıcı biçimde sınırlamalar kullanarak bağlanma duygusunu engeller. Bu da sevginin değil, rekabetin yaratılmasına yol açar. Derken gururu incinir, daha da rekabetçi hale gelir. Böylece, istediklerine ulaşmasını engelleyen bir kısır döngü içine girer.

Terapiye başlarken temel şikayeti (tabi eğer gelirse), hiçbir duygu hissetmemesidir. Duygularına teslim olmak ister fakat incineceğinden korkar, böylece olumsuz niyet "Teslim olmayacağım," şeklindedir. Cinselliği aşka tercih eder ama bu tatmin olmasını sağlamaz. Bu da şu çifte düğümü beraberinde getirir: "Her seçim yanlıştır." Teslim olmak incitecektir, gururda inat etmek de duyguların hissedilmesine engel olacaktır. Bu sorunu terapide çözmek için, kalbi ile cinsel organlar arasında bağlantı kurması gerekir.

Terapi sürecinde, maske şöyle der: "Evet, ama..." Bir süre sonra, aşağı ya da gölge benlik şuurlanır ve "Seni sevmeyeceğim," der. Duygular beden çalışması sayesinde akmaya başladığında, yüce benlik durumu şöyle çözer: "Üstleniyorum ve seviyorum."

Vücut dengeli bir şekilde bölünmüş ve ge-

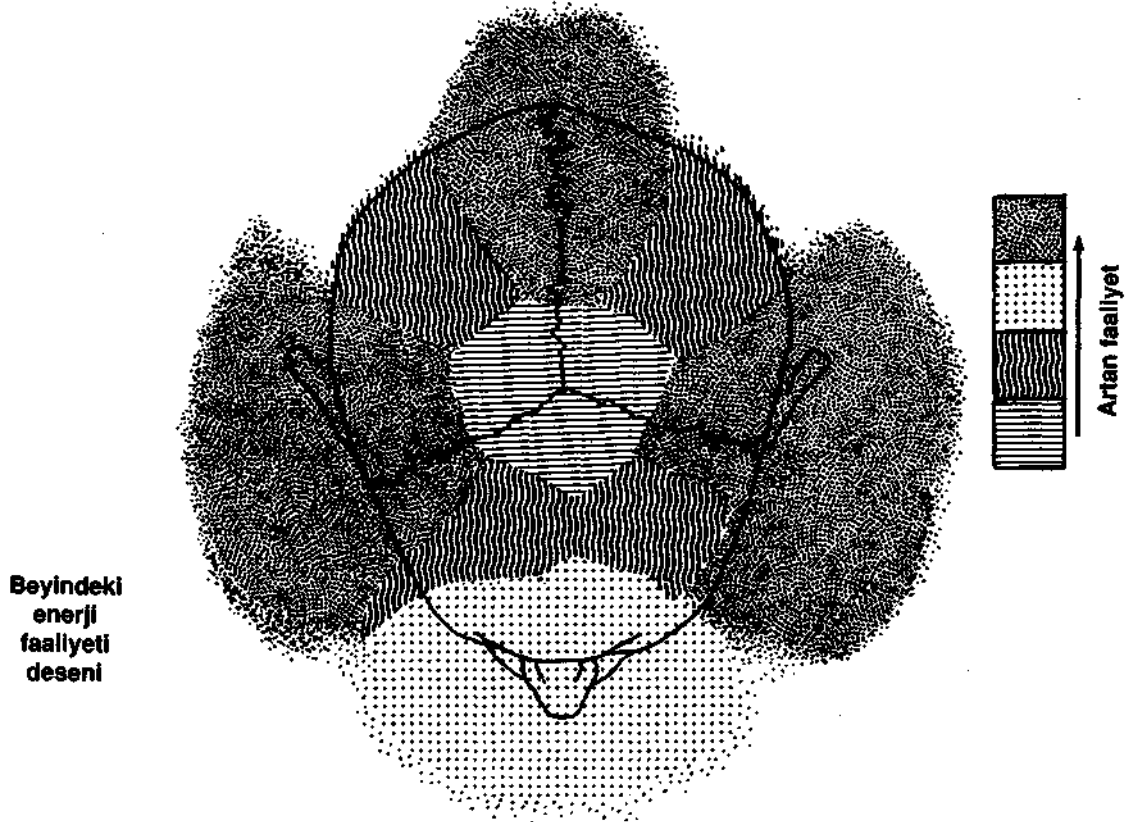
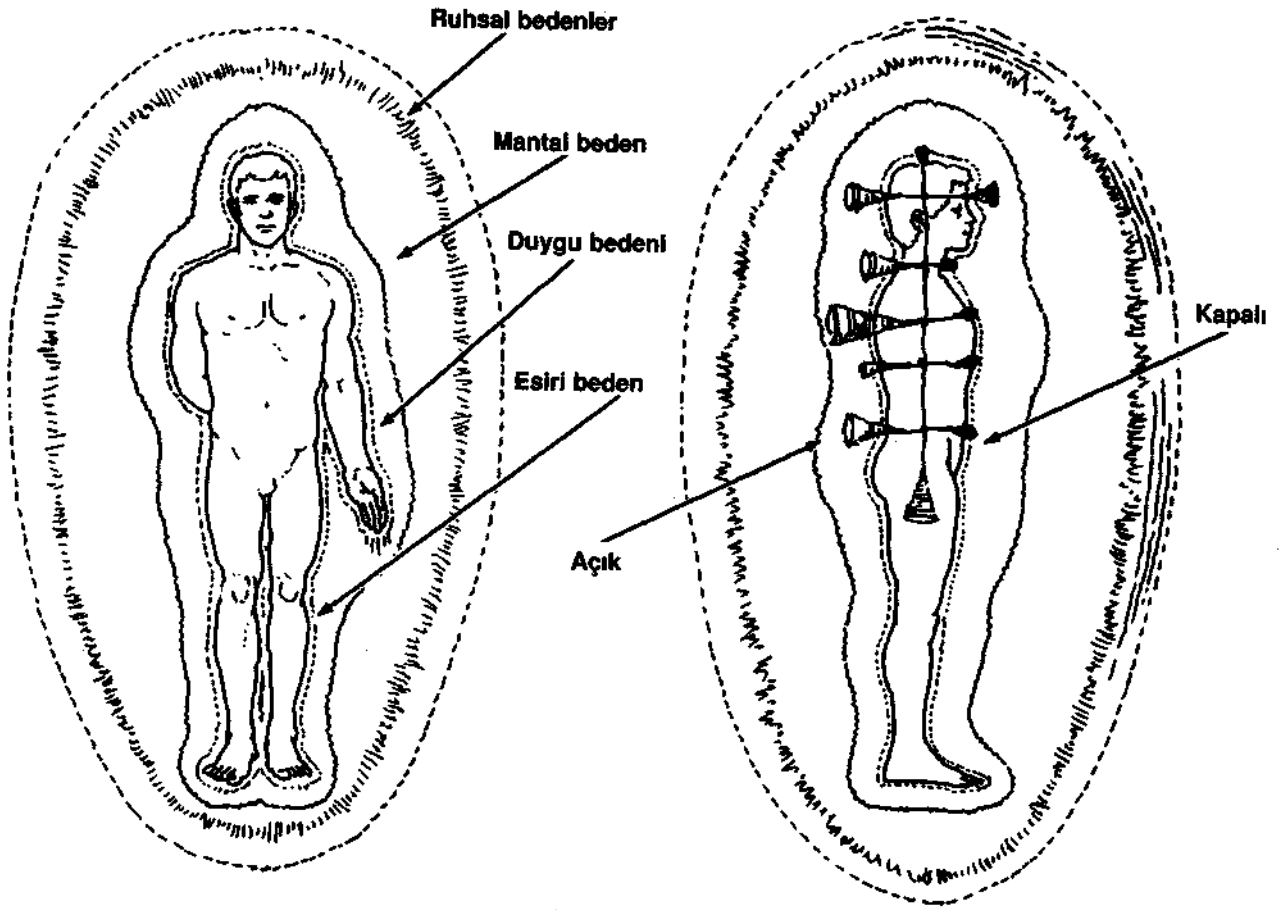
nel bütünlüğü sağlanmıştır. İki blok çeşidi kullanabilir: tabaka zırhı; sanki beden üstündeki çelik tabakalar gibidir veya ağ zırhı; bedeni çevreleyen zincirden bir elbise gibi. Kasık bölgesi arkaya eğilmiştir ve soğuktur.

Katı Yapının Enerji Alanı

Temel enerji dış çeperlerde ve özden uzakta tutulur. Kişi hiperaktiftir. Katı yapıdaki kişi (Şekil 13-8) denge ve bütünlük ile karakterize edilmiştir, aurada tüm vücudun çevresine yayılan bir parlaklık vardır. Esiri alan güçlü, düzgün ve geniştir, mavi-gri bir renkte ve çoğunluğu beden üstünde ve içinde düzenli biçimde dağıtılmış haldedir. Duygu bedeni sakın bir dengeye sahiptir, düzgün biçimde dağılmıştır. Kişi duygularını açmak için çaba göstermemişse, duygu bedeni fazla renk göstermez. Tüm merkezler arka kısımda açık olduğu için burada daha geniştir. Mantal beden gelişmiş ve parlaktır. Kişi koşulsuz sevgiye ve ruhsallığına pek açılmamışsa, göksel beden de fazla parlak olmaz. Kozal ya da ketherik beden kalıp yumurtası güçlü, esnek, iyi şekilli ve parlak renklidir; altın rengi ağırlıklı olmak üzere altın-gümüş karışımı bir renktir.

Katı karakterin terapi sürecine başlamadan önce muhtemelen açık olan şakraları, arka irade ve cinsel şakraları ile zihinsel şakralardır. Taç ve solar plexus şakraları açık ya da kapalı olabilir. Kişi süreç çalışması ile birlikte duygularının açığa çıkmasına izin verdikçe, öndeki his merkezleri de açılmaya başlar.

Beyin aktivitesi yanlarda ve arka merkezde yoğunluk kazanır. Bazı durumlarda ön loblar da bu kadar aktif olabilir, bu da kişinin yoğunlaşmaya karar verdiği yaşam alanına bağlı olarak değişir. Eğer entelektüel işlerde yoğunlaşırsa, bu alan parlak ve aktif olur; aksi takdirde ikinci aktif alan olur. Eğer resim, müzik ya da plastik sanatlar gibi sanat alanında yoğunlaşırsa, yan lobların parlak hale geldiğini gördüm. Kişinin seçtiği alanda yoğunluk kazanarak gelişmesine bağlı olarak, beynin ilgili alanları da dengeli bir şekilde aktivite özelliği kazanır. Yukarıdan bakıldığında beyinde artı işareti oluşturan köprülerin kurulduğu görülür. Kişi ruhsallığını geliştirmeye



Şekil 13-8. Katı Karakterin Aurası

başladığı ve bu yönde deneyimler kazandığı zaman, mesela meditasyon yoluyla, beynin merkezi kısmındaki aktivite yoğunlaşır.

Katı karakterin genellikle kullandığı energetik savunma mekanizmaları, güç-irade gösterisi, sınırlar içine çekilme ve bazen isteridir (Şekil 12-3).

Katı Yapının Yüce Benliği ve Yaşam Görevi

Katı karakter duygu merkezlerini açmaya ve duygularının akmasına izin verip bunların başkaları tarafından da görülmesine ihtiyaç duyar. Duygularını ne olurlarsa olsunlar paylaşmak zorundadır. Bu, enerjilerin varlığının özünün içine ve dışına akmasını ve Yüce Benliğin eşsizliğinin (tekliğinin) açığa çıkmasını sağlar.

Katı karakterin iç görünüşü macera, tutku ve aşk ile örülüdür. Tırmanacak dağlar, kazanılacak şampiyonluklar ve yaşanacak aşklar vardır orada. İkarus gibi güneşe uçacaktır. Musa gibi, insanları vadedilen ülkeye götürecektir. İnsanlara aşkı ve tutkusuyla ilham verecektir. O zaman arzu ettiği her meslekte doğal bir lider olacaktır. İnsanlarla ve evrenle derinden temas kurabilir. Evrende oynamayı ve yaşamdan dolu dolu zevk almayı başarabilir.

Şifa uygularken, hastanın genel karakter yapısını akılda tutmak çok önemlidir. Bu, her insana özgü şifayı uygulamak ve en üstün verimi sağlamak için gereklidir. Her hastanın sınırlarını ve bunlarla ilişkilerini bilerek şifaya başlamak çok yardımcı olacaktır. Şizoid karakter yapısı olan kişi sınırlarının tanımlanmasına ve güçlendirilmesine ihtiyaç duyar. Ruhsal gerçekliğinin de doğrulanmasına ihtiyaç duyacaktır. Yüksek Duyusal Algılama buna çok yardımcı olur. Aynı zamanda, şizoidin aurası enerjiyle yüklenmelidir ve yüklenen enerjiyi nasıl tutacağını öğrenmesi gerekir. Enerji sızıntıları durdurulmalıdır.

Oral karakterin aurası doldurulmalı ve şakraları açılmalıdır. Sınırlar güçlendirilmelidir. Kişi, açık olmayı nasıl hissedeceğini öğrenme ihtiyacındadır, egzersiz ve meditasyon yoluyla şakraları nasıl açık tutacağını öğrenir. Oral yapıdaki

kişinin dokunmaya çok ihtiyacı vardır.

Psikopatik karakter yapısı olan kişi alanının alt yarısını doldurma ihtiyacındadır, aşağı şakraları açmalı ve iradeden ziyade kalbiyle yaşamayı öğrenmelidir. Bu karakter yapısıyla çalışırken cinsel konularda da hassas olunması gerekir. İkinci şakra ise ilgi, kabul ve anlayış ile ele alınmalıdır. Şifacı vücudun alt yarısına dokunurken çok hassas davranmalıdır.

Mazoşistik enerji alanı olan kişi tüm bloklarını nasıl ortadan kaldıracağını öğrenme ihtiyacındadır. Her şeyden önemlisi, onun sınırlarına saygılı olunmalıdır. Ondan izin almadan dokunmamak şarttır. Şifa sürecine kendisi ne kadar çok katılırsa, sonuç o kadar etkili ve hızlı olur. Onun iyileşmesi daima yaratıcılığı ile ilintilidir, bu yaratıcılığın derinlerden su yüzüne çıkarılması ve ifade edilmesi gerekir.

Katı karakterin aurası biraz yumuşatılmaya ihtiyaç duyar. Kalp şakrası açılmalı, sevgi ve diğer duygularla bağlantısı sağlanmalıdır. Auranın ikinci katmanı aktive edilmeli ve bu aktivite şuur seviyesine çıkarılmalıdır. Bu, şifacı tarafından yavaşça ve duyguların kısa dönemler halinde hissedilebilmesine imkan tanıyacak şekilde gerçekleştirilmelidir. Yakından şifa yoluyla ihtiyaç duyulan derin öz enerjiye ulaşılır. Şifacının elleri vücuda dokunduğu zaman, uğraştığı kişiliği sevgiyle kabullenmesi gerekir.

Karakter Yapısının Ötesi

Kişi, kendisi üzerinde psikodinamik, fiziksel ve ruhsal yönlerden çalıştıkça, aura da değişir. Daha dengeli hale gelir, şakralar açılır. Olumsuz inanç sistemimizdeki gerçeklik imajları ve yanlış değerlendirmeler ortadan kalkmaya başlar; enerji alanında daha çok aydınlık, daha az durgunluk ve daha fazla titreşim kendini gösterir. Alan daha esnek ve akıcı hale gelir. Enerji metabolizma sistemi geliştikçe, yaratıcılık da artar. Alan genişler ve daha derin değişimler olmaya başlar.

Pek çok insan, baş merkezinde güzel bir altın-gümüş rengi ışık sahibi olur ve bu bir ışık topuna dönüşür. Kişi geliştikçe, bu top da büyür ve vücudun dışına taşar. Bu bir tohum gibi büyür, göksel bedeni daha parlak ve daha gelişkin bir

organ halinde geliştirir ve bu organ fiziksel dünyanın ötesindeki gerçekliği algılamayı sağlar. Bu ışığın merkezi, taç ve üçüncü göz şakralarının kökündeki, hipofiz ve kozalak (pineal) bezlerin yerleştiği bölgeymiş gibi görünmektedir. Mantal beden parlak hale geldikçe, fiziksel olanın ötesine karşı duyulan duyarlılık da artar. Kişinin yaşamı, evrenle doğal enerji alışverişi ve dönüşümü haline gelecek biçimde değişir. Kendimizi, evrenin bütünlüğünün özgün bir parçası, bütünlükle tamamen bütünleşmiş olarak hissederiz. Enerji sistemimiz bir enerji dönüşüm sistemi haline gelir; yani enerjiyi çevreden alır, değiştirir, dönüştürür ve tekrar sentezleyerek yeniden oluşturur ve daha yüksek bir ruhsal halde evrene tekrar gönderir. Dönüştürdüğümüz enerji şuurlu olduğu için, biz de şuuru dönüştürüyoruz, demektir. Aslında maddeyi ruhsallaştırıyoruz.

Karakter Yapısı ve Yaşam Görevi

Her karakter yapısı, yoldan sapmış bir dönüşüm sisteminin modelidir. Önce enerjiyi bloke ederiz. Enerji tıkanır ve yavaşlar. Bunu olumsuz inançlarımıza göre yaşayarak yaparız. Gerçekliğin çoğu zaman dışındayızdır, çünkü evreni olduğu gibi değil, inandığımız gibi algılıyor ve buna göre davranıyoruzdur. Fakat bu fazla işe yaramaz. Bunu yaparken yaşantımızda ıstırap yaratmaya başlarız. Er ya da geç, bir şeyleri yanlış yaptığımızın mesajını alırız. Bu gidişi düzeltmek için kendimizi ve enerji sistemimizi değiştirmemiz gerekir. Tıkanıklığı giderir ve enerji akışını serbest bırakırız. Bunu sadece olumsuz inançlarımızı değiştirerek değil, aynı zamanda etrafımızı da olumlu şekilde etkileyerek yaparız. Böylece enerjiyi dönüştürürüz.

Bloklardan kurtulmaya başladığımızda, kişisel görevimizi yerine getirmekteyizdir. Bu işlem, enerjimizi serbest bırakır ve hep yapmayı istediğimiz şeyi yapabiliriz: Çocukluğumuzdan beri sahip olduğumuz derin özlem, gizli rüyamız, yaşam görevimiz. Burada olmanızın sebebi. Bloklar ortadan kalkınca buna giden yol da açılmış olur. Derin arzunuzun sizi yönlendirmesine izin verin. İzleyin onu. O sizi mutluluğa götürecektir.

Yaşam görevinizi yerine getirmek için bedeninizi ve enerji sisteminizi bir araç olarak tasarladınız. O, yapmak üzere bedenlendiğiniz şey için gereken enerji-şuur kombinasyonundan oluşmuştur. Bu herkes için farklıdır, herkesin yapması gereken şeyin farklı olması gibi. Siz tekinsiz. Enerji sisteminizi bloke ettiğiniz zaman, görevinizi de engellemiş olursunuz. İşte bu engellemeyi meydana getirme modellerine, karakter yapısı ve savunma mekanizması diyoruz. Bunlar sizi yapmak için geldiğiniz işten ayıran şeylerdir. Bunlar ayrıca hayat hakkında bilmediğiniz ve öğrenmeniz gereken şeylerin de göstergesidir. Demek ki dersiniz bedeniniz ve enerji sisteminizde kristalleşmiş halde bulunmaktadır. Kendi dersliğinizi kendinize özgü ölçülere ve standartlara göre siz inşa ettiniz. Onun içinde yaşıyorsunuz.

Öğreneceğiniz gibi, enerji blokları en sonunda fiziksel bozukluklara yol açarlar. Ve yine, bu bozuklukların izi karakter yapınızı ve yaratıcı enerjinizi engelleme yönteminizi ortaya çıkarmak için sürülebilir. Dolayısıyla rahatsızlığınız ne olursa olsun, bu doğrudan yaşam görevinizle ilgilidir. Enerji sisteminizle, en derin arzunuzla ilgilidir. Derin özleminizi izlemediğiniz için has-tasınız. Tekrar soruyorum: Hayatınızda yapmayı en çok özlediğiniz şey nedir—dünyadaki her şeyden daha fazla? Kendinizi nasıl durdurduğunuz bulun. Şu blokları kaldırın. Yapmak istediğinizi yapın; iyileşeceksiniz.

Egzersiz: Karakter Yapınızı Bulmak

Kendinizi aynada gözleyin. Vücudunuz hangi beden tipine benziyor? Her tabloyu ve karakter yapısını okuyun. Sonra da 7 ile 10 numaralı soruları bunlara göre yanıtlayın.

Hatırlayalım:

1. Beş ana karakter yapısının her birinin genel İEA şeklini tanımlayın.
2. Her karakter yapısının en önemli özelliklerini sayın.
3. Aurik görüşe göre, değişik karakter yapıları-

nun her birinde beynin hangi bölgesi en fazla aktiftir?

Üstünde Düşünelim:

4. Her karakter yapısının yaşam görevi nedir?
5. Karakter yapısının yaşam görevi ile ilgisi nedir?
6. Hastalık ile kişinin yaşam görevi arasındaki ilişki nedir?
7. Her bir karakter yapısının sizin kişilik ve vücudunuza uyumunu oranlar vererek açıklayın.
Örneğin: %50 şizoid, %20 oral, %15 psikopa-

tik, %5 mazoşistik, %10 katı.

8. Şekil 13-1'e bakın. Tablodaki her maddeye karşılık gelen kendi kişilik özelliğinizi bulun.
9. Şekil 13-2'ye bakın. Tablodaki her madde için kendi fiziksel ve enerjetik özelliğinizi bulun.
10. Şekil 13-3'e bakın. Tablodaki her madde için kendi karakter yapınızla başkalarınınkini nasıl ilişkilendirdiğinizi düşünün.
11. Yukarıdaki üç soruya göre, kişisel göreviniz ne olabilir? Yaşam göreviniz ne olabilir?
12. Eğer fiziksel bir rahatsızlığınız varsa, bunu 11. soru ile ilgili olarak düşünün.
13. 7 ve 12 arasındaki soruları şimdi de hastalarınız için cevaplandırın.

4. KISIM

ŞİFACININ ALGISAL ARAÇ GEREÇLERİ

“Ve Tanrı sana güçlük rızkını ve acı suyunu verse bile, öğreticilerin köşelerine kaçmamalı yine de, gözlerin onları görmeli.

“Ve kulakların ardından gelen sözleri duymalı; sağ tarafına döndüğün zaman ve sol tarafına döndüğün zaman: Yol budur, bu yolda yürü.”

İşaya 30:20-21

Giriş

HASTALIĞIN NEDENİ

Şifacının bakış açısından görüldüğünde, hastalık; dengesizliğin sonucudur. Dengesizlik, kim olduğunuzu unutmanın sonucudur. Kim olduğunuzu unutmak, sağlıklı bir yaşam biçimine ve hastalığa yol açacak düşünceler ve davranışlar edinmeye neden olur. Hastalık, kim olduğunuzu unuttuğunuz için dengesizleştiğinizin belirtisidir. Dosdoğru bir mesajdır; size nasıl dengesizleştiğinizi anlatmakla kalmaz, bunun yanında gerçek kendinize ve sağlığa nasıl geri döneceğinizi de gösterir. Nasıl erişeceğinizi bilerseniz, bu bilgiler oldukça faydalı olur.

Demek ki hastalık, kim olduğunuzu hatırlamanıza yardım etmek üzere kendi kendinize verdiğiniz bir ders olarak da anlaşılabilir. Şimdi, bu cümleye istisna oluşturacak her şey derhal aklınıza gelmiştir. Ancak bunların pek çoğu, sadece şu belirli yaşam süresi ve sadece fiziksel beden içindeki bir gerçeklik anlayışını içermekte ve sizi sınırlamaktadır. Halbuki benim bakış açım, daha aşkın bir bakış. Yukarıdaki sözler, ancak fiziksel gerçekliğin zaman ve mekan sınırlarının çok ötesinde var olduğunuzu kabul ettiyseniz, bütün ve sağlıklı bir düşünüşle anlaşılabilirler. Bu sözler ancak sevgi dolu diye anlaşılabilirler, tabi eğer kendinizi bütünün bir parçası, yani bütünün kendisi olarak kabul ettiyseniz. Bu sözler, bireysellik ile bütünün aslında aynı şey olduğu kabulüne dayanmaktadır. Yani bütün, bireyselleşmiş parçalardan oluşmaktadır ama bireyselleşmiş parçalar sadece bütünün bir parçası demek değildir; aynı zamanda bir hologram gibi bütünün ta kendisidirler.

Enerji alanı araştırmalarını danışman olarak sürdürdüğüm kendi gelişme sürecim boyunca, insanlarla çalışma şeklimi değiştiren iki önemli şey oldu. Ruhsal rehberlerimden dersler alırken, auranın değişik düzeylerine ilişkin farklı bilgiler aramaya başladım; bu ilkiydi. İkincisi ise "işsel görü" olarak nitelendirdiğim şeyi geliştirmem

oldu, yani bir röntgen cihazı gibi vücutların içine bakabilmek. Böylece uygulamalarım, danışmanlıktan yavaş yavaş ruhsal şifacılığa doğru dönüştü.

Şifa; önce terapinin bir uzantısıydı, derken tüm terapinin özü haline geldi çünkü terapinin yapabildiğinin ötesine geçecek şekilde can ve beden tüm boyutlarına inebiliyordu. İşim daha netleşmişti. Ruh varlığını iyileştiriyor ya da kim olduğunu hatırlaması, kendini unuttuğu zamanlarda nasıl yoldan saptığını ve hastalık veya rahatsızlıkla nasıl burun buruna geldiğini anlayabilmesi için bir kanal oluyordum. Bu çalışma benim için oldukça doyurucu oluyordu; yüksek enerjileri ve şifa vermek için gelen meleksi varlıkları deneyimlemek büyük bir coşkuydu. Aynı zamanda, şifacının da şifa verebilmesi için bir dereceye kadar deneyimlemesi gereken bazı korkunç fiziksel rahatsızlıkların ıstırapıyla yüzleşmek de vardı. Birçok insanın birlikte yaşadığı muazzam enerji dengesizliklerini görmek için kendime izin vermem gerekiyordu. İnsanlık beraberinde korkunç acılar, yalnızlık ve derin bir özgürleşme arzusunu sürükleyip duruyordu. Şifacının işi, sevgi işidir. Şifacı, ruh varlığının bu acı dolu bölgelerine girer ve dikkatle davranarak umudun yeniden doğmasını sağlar. Şifacı, ruh varlığının aslında kim olduğuna dair hatıralarını nazikçe uyandırır. Vücudun her hücresindeki tanrısal kıvılcıma dokunur ve her birine zaten Tanrı'ya ait olduğunu ve karşı konulmaz bir şekilde sağlığa ve bütünlüğe doğru Evrensel İrade içinde aktığını hatırlatır.

Önümüzdeki bölümlerde, hastalık sürecini ve Ruhsal Öğretmenlerin bakış açısından şifa sürecini açıklamaya çalışacağım. Profesyonel ortamda ruhsal rehberlik olarak gerçekleştirdiğim kendi deneyimlerimden bazılarını sizlerle paylaşacağım ve Yüksek Duyusal Algılamamanın nasıl işlediğini ve onu nasıl öğrenebileceğinizi anlata-

cağım. Ayrıca Heyoan'ın gerçeklik görüşünden de bahsedeceğim. Bunların tümü, "Ruhsal Şifa"

başlıklı bölümde sunulacak olan şifa tekniklerini anlamaya yardımcı olacak bilgiler.

14. Bölüm

GERÇEKLiĞİN AYRILMASI

"Kendimizi Nasıl Gördüğümüz ve Gerçek Halimiz Arasındaki Paralellik ve Batı'daki Bilimsel Görüşler" başlıklı bölümde görüldüğü gibi, Newton mekaniğinde yer alan ve evrenin birbirinden ayrı maddesel yapı taşlarından oluştuğu fikri 20. yüzyılın başlarında gündemden düşmüştür. Araştırmaların da kanıtladığı gibi hepimiz birbirimizle her an ilişki içindeyiz. Birbirinden ayrılmış varlıklar değiliz, bireyselleşmiş varlıklarız. Bütünden ayrılmış varlıklar olduğumuzu söyleyen, sadece bu eski Newtonvari düşünme alışkanlığı. Basitçe söylersek, bunlar doğru değiller. Ayrılmışlığın bakış açısına göre, kendi kendinden sorumluluğun nasıl yorumlanabileceğinin bir örneğini vereyim.

Kan nakli sırasında AIDS kapmış bir küçük çocuğu düşünelim. Bu bakış açısıyla bakacak olursak, şöyle dememiz gerekir: "Vah zavallı küçük kurban." Kendi kendinden sorumluluğun popüler hale gelmiş versiyonu ile düşünecek olursak da şöyle deriz: "Bunu kendisi yarattı, demek ki kendi suçu." Ama holizm ya da bütüncü bakış açısıyla bakarsak, şunu söylememiz gerekir: "Bu cesur ruh varlığı ve ailesinin gerçeklik adına öğrenmeleri gereken ders ne kadar da ağır. Onlara yardım etmek için yapabileceğim en iyi şey ne olabilir? Onları en çok nasıl sevebilirim? Kim olduklarını hatırlamalarına nasıl yardımcı olabilirim?" Yaşamı bu yönden ele alan kişi, sorumluluk ile sevgi arasında çatışmaya düşmeyecek ve sorumluluk ile suçlama arasındaki farkı da anlayacaktır.

Bütüncülük ve bireyselleşme bakış açısı, tüm diğer insanların varlığını kabulü ve saygıyı içerir. Tersine, "Kendi kanserini sen yarattın, ben böyle bir şey yapmazdım!" şeklindeki bakış, ayrılma perspektifinden çıkmıştır, bireyselleşmeden değil. Ayrılma, kurban olma ve korku hislerini yaratır; bunlar da güçsüzlük hissini desteklerler. Sorumluluk ve kabul ise gücü yaratır, bu

da kendi gerçekliğinizi yarattığınız içinizdeki gücü destekler. Eğer işlerin kötü bir duruma gelmesine şuursuzca sebep olmuşsanız, işleri olması gerektiği hale getirmek için çok miktarda şey yapabilirsiniz. Gelin, şimdi unutma süreçlerine biraz yakından bakalım.

Çocukken, içsel deneyimlerimizin pek az bir kısmı etrafımızdakiler tarafından doğrulanır. Bu da benliğimizi koruma ve diğer insanların onaylaması arasında bir iç çatışma yaratır. Çocuk olarak, çok miktarda onaylanmaya ihtiyaç duyarız, bir öğrenme dönemindeyizdir ve bu öğrenme, dış dünyadan gelen doğrulamaya dayanmaktadır. Sonuç olarak ya birtakım gizli fanteziler yaratırız ya da onaylanmamış iç gerçekliğimizin çoğunu reddeder ve daha sonra doğrulanmak üzere onları depolamanın bir yolunu buluruz. Bu süreci açıklamamanın bir diğer yolu da deneyimlerimizi imgeler, düşünceler veya duygular halinde olsalar bile engellememizdir. Bloke etmek, bizi deneyimin o kısmını edinmekten en azından geçici olarak alıkoyar. Kendimizi kendimizden soyutlarız. Bu da kim olduğumuzu unuttuğumuzu söylemenin bir başka biçimidir. "Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri" ve "Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" başlıklı bölümlerde aurik sahadaki bloklar üzerinde durmuştuk. Aurik bakış açısından görüldüğünde bu blokların aurik alandaki enerji akımını kestiğini ve en sonunda fiziksel bozukluğa sebebiyet verdiğini biliyoruz. Bu bazen durgunlaşmış ruh-özü olarak da adlandırılır. Bunlar bizden ayrılmış olan enerji-şuurun "yumruları"dır. Bu işleyiş, Gestalt terapisinin duvar fikri ile bakalım.

Rahatsızlık hissettiğinizde, bütün siz ile bir parçanız arasına bir biçimde duvar örmüşsünüz demektir. Duvar, o andaki deneyiminize dahil olmak istemeyen bir parçanızın geride durmasına yardımcı olur. Zamanla duvar güçlenir ve siz sadece bir parçanızın önüne duvar örmüş olduğun-

nuzu unutursunuz, bunu genele yayarsınız, yani daha fazla unutma yaratırsınız. Sanki etrafı duvarla çevrelenen parça dışarıdan gelen bir şeymiş, adeta duvar dışarıdan gelmesinden çok korkulan bir şeyi tutuyormuş gibi görünmeye başlar. Bu içsel duvarlar, ruh varlığının bilinmeyen zamanlardan beri süren deneyimleri boyunca yaratılmıştır. Ne kadar uzun var olurlarsa, o kadar çok güvenlik sağlıyormuş gibi görünürler ama aslında ayrılma deneyimini daha çok sabitleştirmektedirler.

Egzersiz: İçsel Duvarınızı Keşfetmek

Kendi duvarlarınızı keşfetmek üzere, aşağıdaki egzersizi kullanabilirsiniz. Aklınıza hiç hoşunuza gitmeyen bir durum getirin, şu anda uğraştığınız ya da geçmişte çözümsüz kalmış bir durum olabilir bu. Bunun size kendinizi nasıl hissettirdiğini hatırlayın, kafanızda resmedin, bununla ilgili sesler ve sözler gelsin kulağınıza. Bu deneyimin içerdiği korkuyu düşünün. Korku, ayrılmış olmanın getirdiği histir. Tekrar bu hissi yaşamaya başladığınızda, bu korkunun yarattığı duvarı hissedeceksiniz. Hissedin onu, görün, koklayın, tadın. Rengi, yapısı nasıl? Açık mı, koyu mu? Sert mi, keskin mi? Neden yapılmış? O duvar olun. Ne düşünüyor, söylüyor, hissediyor? Şuurunuzun bu parçası gerçeklik hakkında neye inanıyor?

Heyoan, duvar hakkında şu açıklamayı yapmıştı:

"İçsel bir eşitliği oluşturma anında düşündüğünüz şeyi sürdürmek için kendi kendinize oluşturduğunuz duvar fikrine geri döneceğiz, fakat aslında o, bir taraftaki suyun diğer taraftan daha yüksek olduğu bir baraj seti ya da lokta (*) olduğu gibi, dışsal bir eşitsizliği sürdürür. Kendinizi bu duvarın ve selin arkasında bulacaksınız, dışarıdan gelen büyük bir baskı var ve siz içerdesiniz. *İç seviyede eksikliği hissettiğiniz şeyi bu duvar kapatmaktadır.* Bir başka deyişle, bu büyük güç size doğru gelmektedir ve siz ondan daha az gücünüz olduğunu zannedersiniz. Kendinizi korumak için duvar örersiniz, Orta Çağda

örülen kale duvarları gibi. Kalenin içinde olan siz, ilk önce bu duvarın özünü keşfetmeye çalışmalısınız. Bu sizin özünüzden yapılmıştır, güvende kalmak için yapmanız gerekenleri açıklayan cümlelerle doludur. Şimdi, harika olan şey, sizin özünüzden meydana gelen bu duvarın, aslında sizin gücünüze sahip olmasıdır. Bu güç, iç benliğinizin gücü olarak dönüşüp tekrar yayılabilir. Veya bu gücün zaten var olduğu iç benliğinize çıkan bir merdiven görevi görebilir. Hangi benzetme size daha iyi uyarsa, onu kullanın. Demek ki, duvarın arkasında güvenle otururken aslında duvarın içinde oturmakta, çünkü o duvar sizsiniz. O zaman bu duvar, duvar olan sizin söyledikleriniz ve korunan içsel kişinin söyledikleri arasındaki şuur köprüsüdür.

Egzersiz: Duvarınızı Eritmek

Duvar olan siz ve içindeki insan arasında bir konuşma gerçekleştiğini hayal edelim. Bu tam olarak yapıldığında, aynı konuşmayı siz ve duvarın ötesinde olanlar, hatta duvar ve onun çok ötesindekiler için de yapın; bu, duvardan bir akış sağlanana kadar sürmelidir.

"Şimdi bu duvarı sembolik olarak psikodinamik safhada düşünelim. Bunu, aslında olduğun kişi ve olduğun sandığın kişi arasındaki o duvarın bir temsili gibi de düşünebilirsin çünkü sen, biçimi her ne olursa olsun, o duvarın diğer yanındaki gücün ta kendisisin. İçinde bu güce sahipsin. Duvar; bir şey üstünde güç sahibi olmaya inancı, ayrılmanın gücüne olan inancı simgeliyor; yani günümüzde dünya yüzeyindeki hastalıkların en büyüğünü, bir şey üstünde güç edinme hastalığını. Ve sen kendi içinde bu benzetmeyi bulabilirsen, bunu sadece psikodinamik düzeyde değil, ruhsal ve dünyasal düzeyde de, kendi keşif ve şifan için bir araç olarak kullanabilirsin. Kim olduğunu hatırlamak için kullanabilirsin."

Duvara bir de aurik alan bakış açısı ile bakalım. Önceden de söylendiği gibi, duvar, aurada bir enerji bloğu olarak görülebilir. Duvarın içinden geçme çalışması yaptıkça, onu deneyimleyip

(*) Lok: Kanal içinde gemileri bir yüzeyden diğerine yükseltmek ya da alçaltmak için kullanılan havuz.

canlandırdıkça, bloğu da aydınlatmış oluyoruz. Aurik alanda görülebilen blok da hareket etmeye başlıyor ve giderek doğal enerji akışını kesmeyi bırakıyor.

Bu bloklar auranın her katmanında olabilirler ve birbirlerini katmandan katmana etkilerler. Şimdi gelin, auranın bir katmanındaki (tabi ki, o katmanın gerçekliğinde düşünce, inanç ya da duygu gibi ifade edilen) bir bloğun fiziksel bedende hastalığa nasıl neden olduğunu görelim.

Hatırlayalım:

1. Hastalığın nedeni nedir?

Üstünde Düşünelim:

2. İçsel duvarınızın doğası nedir?
3. Duvarınızla konuşun. Ne söylüyor? Duvarın arkasındaki parçanız ne diyor? Duvarla ilgili olmayan parçanız ne diyor? Duvar sizi neye karşı koruyor? Duvarla hapsolmuş gücünüzün doğası nedir? Bundan kurtulabilir misiniz?

15. Bölüm

ENERJİ BLOKLARINDAN FİZİKSEL HASTALIĞA

Enerji ve Şuur Boyutları

Kendimize alışkın olduğumuzdan daha geniş bir bakış açısıyla bakarsak, fiziksel bir bedenden daha öte olduğumuzu görürüz. Enerji ve şuur katmanlarından oluşmuş durumdayız. Bunu içimizde hissedebiliriz. Bu bölümde, düşünce ve duygular halinde kendi kendimizi deneyimleyişimiz hakkındaki son derece anlaşılır açıklamaları bulacaksınız.

İçimizdeki ilahilik kıvılcımı, günlük anlamda kullandığımız şuurdan daha yüksek bir gerçeklik düzeyinde ve daha yüksek bir şuurda mevcuttur. Bizler, gündelik şuurumuz kadar bu yüksek şuura da sahibiz. Bu yüksek şuur düzeyi, pratik yaparak ulaşılabılır hale getirilir. Bulunduğundaysa, hiç de sürpriz olmaz: "Ah, evet! Bunları zaten biliyordum," duygusuna sahip oluruz. İçimizdeki ilahi kıvılcım, üstün bir bilgiye sahiptir; onu günlük yaşamımız ve gelişimimiz için kullanabiliriz.

Auramız, yüksek gerçekliklerimizden gelen yaratıcı dürtüleri fiziksel gerçekliğe indiren bir araç görevi gördüğünden; aurik alanı, şuurumuzu Tanrılık gerçekliğinin katmanlarına doğru (titreşimsel olarak) gerisin geriye iletmek için kullanabiliriz. Bunu yapmak için, bu yaratıcı dürtülerin katmandan katmana, günlük yaşam deneyimlerimizi yaratmak üzere fiziksel dünyamıza kadar nasıl iletildiğini daha ayrıntılı biçimde bilmemiz gerekir.

Önce, auranın ne olduğuna bir kez daha bakalım. Aura, bir araç ya da alandan çok daha fazlasıdır. Hayatın ta kendisidir. Her katman bir bedendir; tıpkı fizik bedenimiz gibi gerçek, canlı ve işlevsel birer bedendir. Her beden, fiziksel gerçeklikle bir şekilde ilgili ve ilgisiz olan şuurlu bir gerçeklik içinde var olur. Her katman, bir anlamda, kendi dünyasına sahiptir; bunlar, kendi aralarında iletişim halindedirler ve fiziksel dünyayı

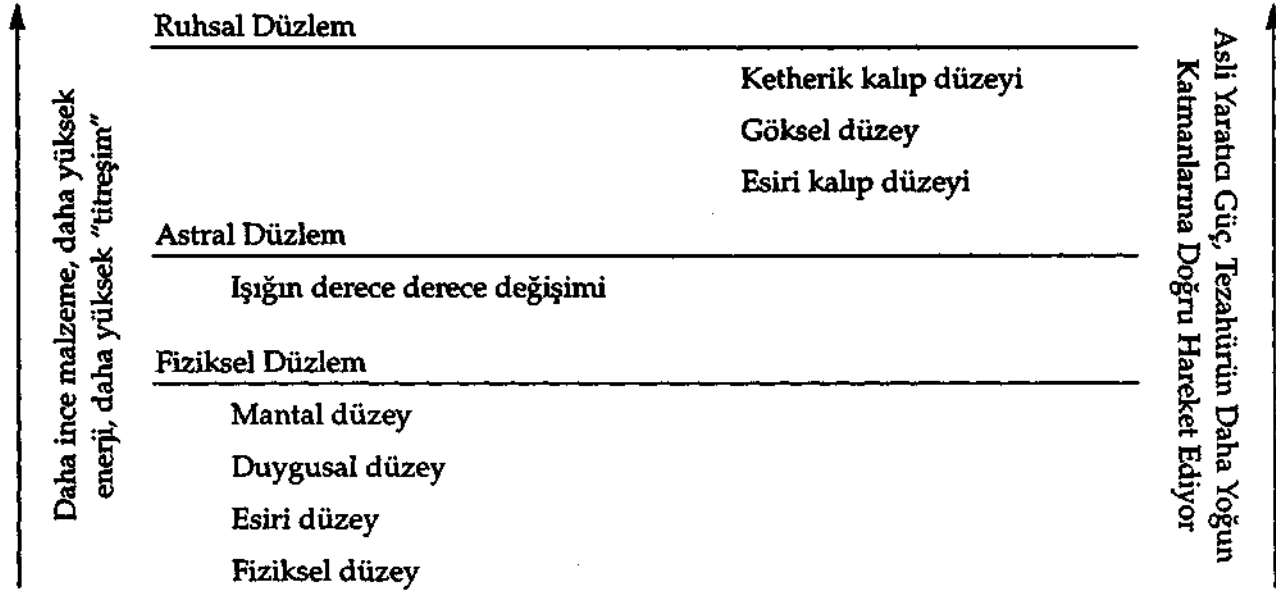
deneyimlediğimiz aynı mekan içinde birbirlerini içerecek biçimde var olurlar.

Şekil 15-1, "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" başlıklı bölümde anlatılmış olan aurik katmanlara veya bedenlere denk gelen gerçeklik deneyimlerimizi sıralamaktadır. Fizik plan, dört düzeyden oluşur: fiziksel, esiri, duygusal ve mantal düzeyler. Astral düzey, ruhsal ve fiziksel seviyeler arasında bir köprüdür ve ruhsal düzey onun üstündedir ve içinde derece derece aydınlanmalar içerir. "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" adlı bölümde anlatılmış olduğu gibi, ruhsal düzlemde en azından üç katmana sahibiz: esiri kalıp düzeyi, göksel düzey ve ketherik kalıp düzeyi.

Yaratma ya da ortaya çıkarma, bir kavram ya da inanç, yüksek düzeylerdeki kaynağından fiziksel gerçeklikte kristalleşene kadar daha yoğun gerçeklik düzeylerine dek iletildiğinde meydana gelir. İnançlarımıza göre yaratırız. Elbette aşağı düzeylerde olanlar yüksek düzeyleri de etkiler. Hastalık ya da sağlığı yaratma sürecini anlamak için, aurik alanın her bir katmanında şuurun nasıl tezahür ettiğini tekrar incelememiz gerekir.

Şekil 15-2, şuurun her aurik katmanda kendini nasıl ifade ettiğini ve oluşturduğu söylemi göstermektedir. Fiziksel düzeyde, şuur; içgüdü, otomatik refleksler ve iç organların otomatik işleyişi halini alır. Burada şuurun oluşturduğu söylem şöyledir: "Ben varım." Esiri düzeyde, şuur; fiziksel zevk ya da acı gibi duyumsamalar haline dönüşür. Üşüme ve acıkma gibi olumsuz duyumsamalar, enerji akışında bir dengesizlik olduğunun işaretidir. Duygusal düzeyde, şuur; korku, kırgınlık ve sevgi gibi temel duygular olarak kendini gösterir. Bunların çoğu, benlik ile ilintilidir. Zihinsel düzeyde, şuur; mantıklı düşünme halini alır. Bu da doğrusal çözümleyici zihin düzlemidir.

Şekil 15-1
VAR OLDUĞUMUZ GERÇEKLİĞİN DÜZEYLERİ
 (aura katmanları ile ilgili olarak)



Astral düzeyde, şuur; benliği aşan ve insanlığı etkileyen çok güçlü duygular halini alır. Astral düzlem, tamamen değişik bir dünyadır; astral seyahatin gerçekleştiği düzlemdir, tecrübe eden insanlar bunun fiziksel dünyadan çeşitli şekillerde farklı olduğunu söylüyorlar: Işık, nesnelerden yansımak yerine onlar tarafından üretiliyor, seyahat etmek içinse gidilmek istenen yere yoğunlaşmak yeterli oluyor. Yön, odaklanmayla değişir; böylece eğer odağınızı değiştirirseniz yönünüzü de değiştirmiş olursunuz. Bu noktada, elbette konsantrasyon gücü oldukça önem taşır!

Fiziksel ve astral düzlemler arasındaki fark ve benzerlikler fizikçiler için şaşırtıcı değildir, astral düzlemi yöneten kanunlar; daha ince bir madde, daha yüksek enerji ve titreşimden oluşan bir aracıyı yöneten doğal kanunlardır. Bunlar, şüphesiz fiziksel dünyada bildiklerimizle denk düşmektedir. Fiziksel kanunların, aslında, tüm evreni yöneten kozmik ya da evrensel genel kanunların özel durumlarına benzediğini öneriyorum.

Ruhsal düzlemde, yine kendi gerçekliğine sahip farklı bir dünya var, benim sınırlı görüşüme göre, çok daha güzel, bizimkinden çok daha fazla ışık ve sevgi dolu. Beşinci tabakada, esiri kalıpta, şuur; isimlendirme ve tanımlama gücümüz yoluyla şeyleri oluşturduğumuz yüksek bir

irade olarak kendini gösterir. Göksel düzeyde, şuur, kendini evrensel sevgi gibi yüksek duygular olarak gösterir; yani sevgi, insan varlıklarını ve arkadaşları aşarak tüm canlılara duyulan evrensel sevgiye dönüşür. Yedinci düzeyde, şuur; bilgi ve inanç sistemleri kavramları haline dönüşür. Bu, ilk yaratıcı dürtünün bilişimizden kaynaklandığı yerdir; bu sadece doğrusal biliş değil, aynı zamanda bütünleşmiş biliştir.

Temel asli yaratıcı güç, en yüksek ruhsal bedende başlar ve astral bedene doğru hareket eder. Veya başka bir bakış açısıyla, ruhsal bedenlerdeki ince enerji ve maddeler astralde ve o da aşağı üç bedende armonik bir tınlama yaratır. Bu süreç, fizik bedeninin tüm frekans düzeyi boyunca devam eder (armonik endüksiyon fenomeni, bir diyapozoma hafifçe vurduğunuzda odadaki diğer diyapozomdan da ses çıkmasına benzetilebilir). Her beden, bu dürtüyü kendi düzeyindeki şuur gerçekliğine göre ifade eder. Örneğin, ruhsal düzlemde astral olana doğru hareket eden yaratıcı bir dürtü, geniş duygular olarak ifade edilir. Düşük frekans düzeyine doğru indikçe, önce düşünceler halinde, sonra belirli duygular olarak, sonra fiziksel duyumsamalar şeklinde ifade edilir ve fizik beden buna otonom sınır sistemi yoluyla tepki verir. Eğer olumlu bir dürtü

Şekil 15-2
AURİK DÜZEYLERDE ŞUURUN
İFADE EDİLİŞİ

Düzy	Şuur İfadesi	Şuurun Oluşturduğu Söylem
7		
Ketherik Düzy	Yüksek Kavramlar	Biliyorum. Benim.
6		
Göksel Düzy	Yüksek Duygular	Evrensel seviyorum.
5		
Esiri Kalıp Düzyi	Yüksek İrade	Yapacağım.
4		
Astral Düzy	Ben-Sen Duyguları	İnsani seviyorum.
3		
Zihinsel Düzy	Düşünme	Düşünüyorum.
2		
Duygusal Düzy	Kişisel Duygular	Duygusal olarak hissediyorum.
1		
Esiri Düzy	Fiziksel Duyumsamalar	Fiziksel olarak hissediyorum.
Fiziksel Düzy	Fiziksel İşlevler	Varım. Var oluyorum.

okuyacak olursa gevşeyecektir, eğer olumsuz bir dürtü okuyacak olursa kasılacaktır.

Sağlığı Yaratan Süreç

İnsanın ruhsal gerçekliğinden gelen yaratıcı güç, evrensel veya kozmik kurallara göre yönlendirildiği zaman, sağlık hali devamlıdır (Şekil 15-3).

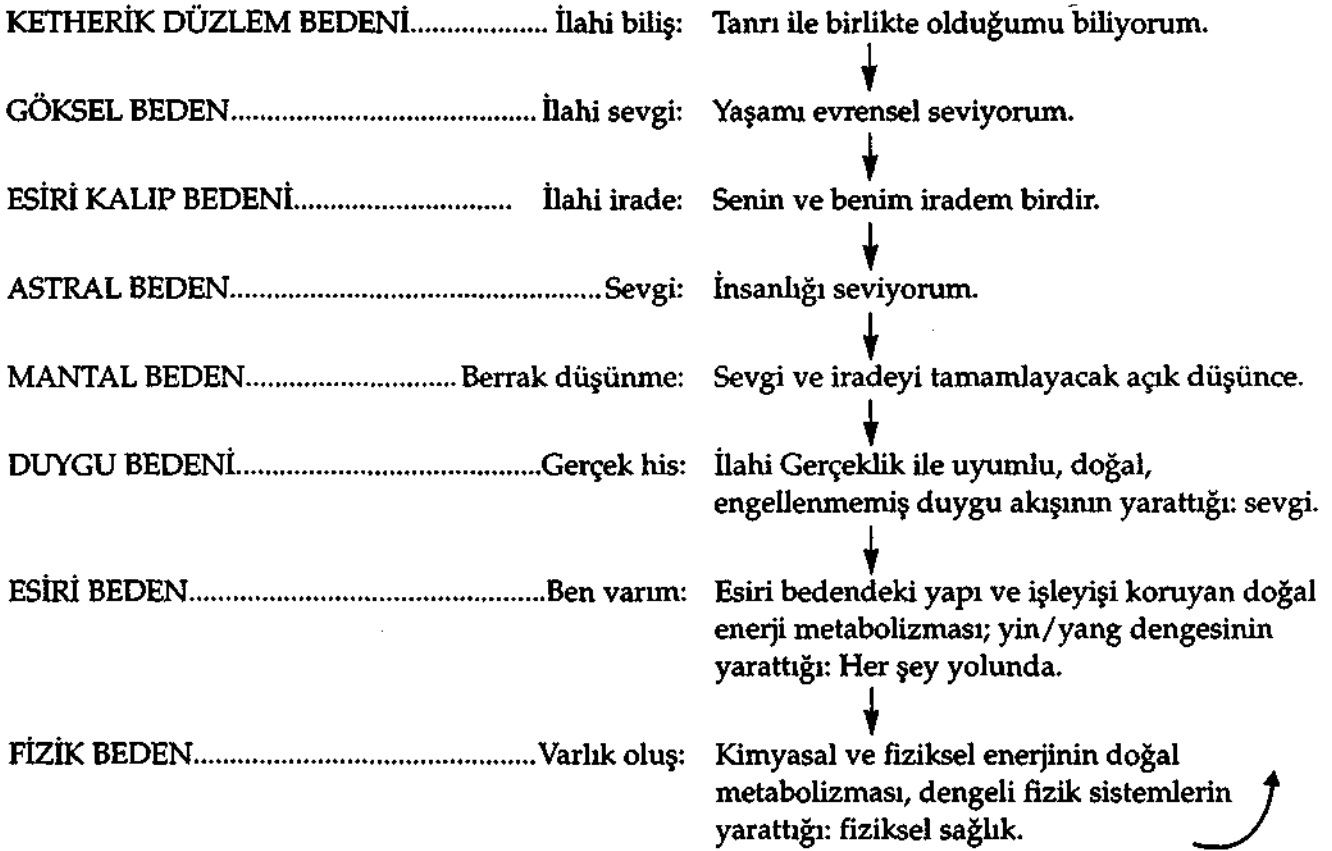
Ketherik beden, daha büyük ruhsal gerçeklik ile aynı çizgide olduğunda, o gerçekliğin ilahi bilisini tezahür ettirir. Söylem, "Tanrı ile beraber olduğumu biliyorum," şeklindedir. Bu, yaratıcı ile birlikte olma ve aynı zamanda bireyselleşmiş olma deneyimidir. Bu gerçeklik, daha sonra göksel bedendeki evrensel sevgi hissinin uyandırır. Tanrı ile birlikte olma hissi de sonuç olarak esiri kalıpta İlahi irade ile bireysel iradeyi aynı çizgiye getirir. Bu da astral düzeyde kendini insanlığa duyulan sevgi olarak ifade eder. İnsanlığa duyulan sevgi deneyimi, zihinsel katmanı etkiler ve mantal bedendeki gerçeklik algılayışını değiştirir. Mantal bedendeki bu titreşim, armonik endüksiyon ve sempatik rezonans yasaları yoluyla duygu bedenindeki madde ve enerjiye iletilir ve duygu olarak ortaya çıkar. Eğer gerçeklik algılayışı kozmik yasayla tutarlı ise, duygular da dengeli olur ve kişi tarafından kabul edilip akışlarına izin verilir. Bloke edilmeyeceklerdir.

Bu akış, esiri bedene iletilir ve esiri beden buna doğal bir denge ile cevap verir. Sonuç, Evrensel Enerji Alanından gelen doğal enerji metabolizmasını destekleyen hoş fiziksel duyuların ortaya çıkmasıdır. Bu enerji; esiri bedeni beslemek, yapı ve işlevlerini sürdürmek için kullanılır. Esiri bedendeki doğal yin/yang dengesi de böylece korunur. Bu dengeyle, duyguların doğal akışından gelen doğal bedensel duyarlılık, bu duyuların farkındalığına vararak uygun diyet ve egzersizlere yönelmeye yol açar. Sağlıklı esiri beden, böylece sağlıklı fizik bedeni desteklemiş olur, fiziksel ve kimyasal sistemlerin dengeleri korunur, böylece fiziksel sağlık sürekli kalır. Sağlıklı bir sistemde, her bedendeki enerji dengede kalır. Bu şekilde, sağlık, daha çok sağlığı beraberinde getirir.

Hastalığın Dinamik Süreci

Hastalıklı bir sistemde (Şekil 15-4) de aşağıya doğru adım adım aynı işleyişi görürüz. Ancak, asli yaratıcı güç insanın ruhsal gerçekliğinden dışarı çıkınca bozulur ve evrensel kanuna karşı hareket etmeye başlar. Bu bozulma, yaratıcı güç aurasındaki bir blok ya da bozulma üzerinde etkili olunca gerçekleşir. Asli yaratıcı güç, aurik bedene

Şekil 15-3 SAĞLIĞI YARATAN SÜREÇ

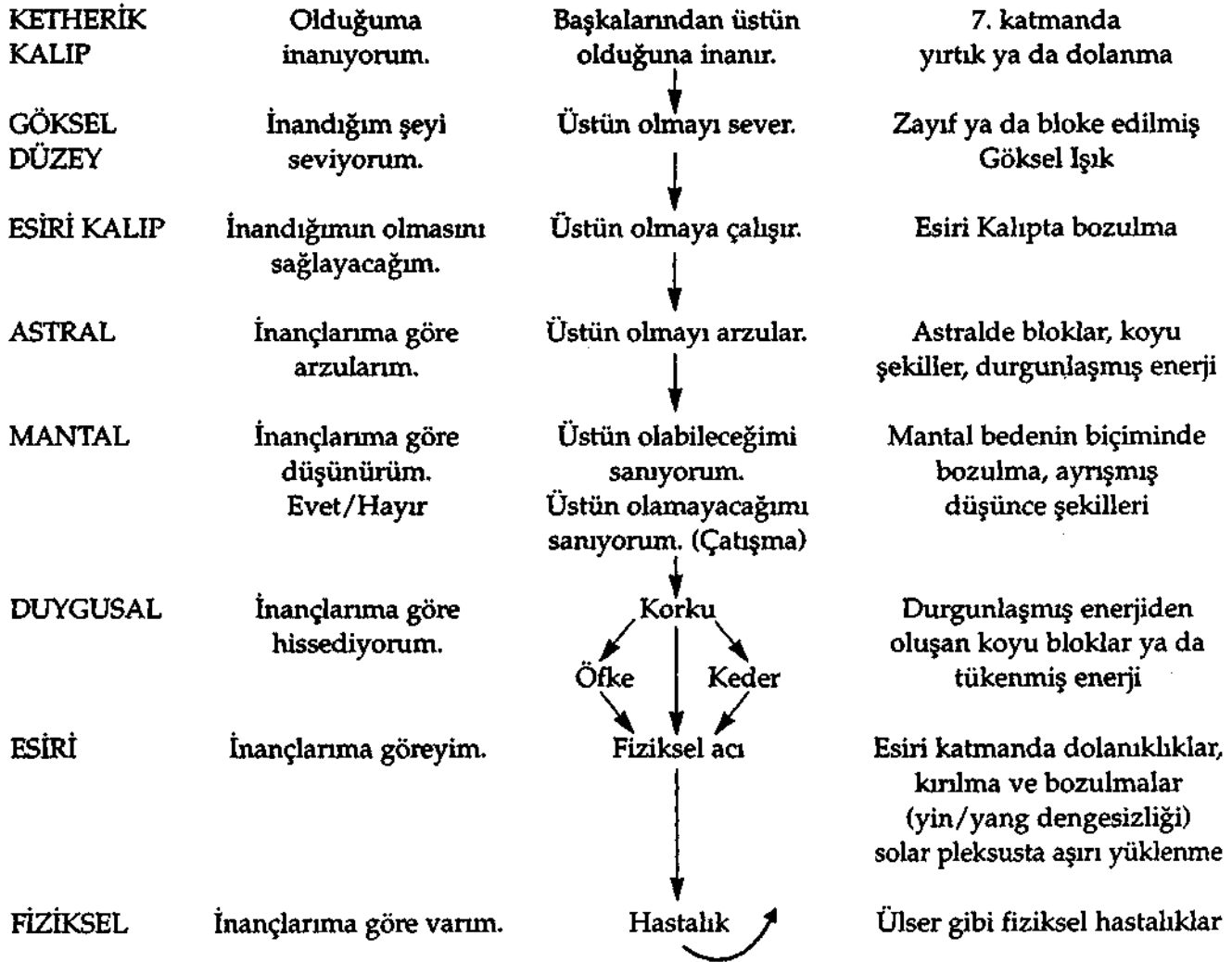


nin yoğun tabakalarına doğru giderek bozulur. Auranın yedinci katmanı kadar yüksek katmanlarda bile yırtık ve birbirine dolanmış ışık gücü çizgileri şeklinde bozulmalar gördüğüm çok oldu. Bu "ruhsal bozulmalar", her zaman bu yaşamdaki ya da başka yaşamlardaki inanç sistemleri ile ilgilidir, dolayısıyla karmiktir. Ben karmayı, daha büyük gerçeklik ile aynı çizgiye geçene ve netlik kazanana kadar, bir yaşamdan diğerine taşınan inanç sistemlerinden yaratılan hayat deneyimleri olarak görüyorum.

Bozulmuş bir yedinci katman, bozulmuş bir inanç sistemiyle ilgilidir. Buna verilecek bir örnek şu olabilir: "Üstün olduğuma inanıyorum." Bu bozulma, göksel sevgiyi engelleyerek göksel katmanı da etkiler. Böylece kişi, üstün olmayı sevmeye başlayabilir. Göksel düzeydeki ışık giderek zayıflar. Bu, alanın beşinci düzeyinin de bozulmasına neden olur. Kişi, üstün olmaya gayret edecektir. Astral düzey üstün olma arzusu ya-

ratarak buna tepki verir, astral bedendeki enerji durgunlaşır ve koyu kabarıklıklar meydana gelir. Mantal beden, kişiye üstün olduğu düşüncesini verir. Neyse ki insan kendini her an aldatmaz, o yüzden er ya da geç bunun tersini düşünecektir: Eğer üstün değilsem, aşağıyımdır. Kişide zihinsel bir çıkmaz yaratılır, bu aynı zamanda mantal beden yapısındaki bir bozulmadır. Yaşam gücü, bu noktada iki ters akıma ayrılmıştır ve bu da kişiyi düalist bir çıkmaza sokar. Bu çatışmaya bir başka örnek daha verelim: "Bunu yapabilirim." ve "Bunu yapamam." Böylece, mantal bedende zihinsel bir çatışma oluşur. Bu çatışma, enerji ve titreşimlerle ifade edilir. Eğer birey bu çatışmayı çözemezse, bu, bozulmuş bir düşünce formu haline gelebilir ve şuurlatına atılabilir. Bu da duygu bedenini (daha önce de dediğimiz gibi titreşimler yoluyla) etkiler ve korkuya sebep olur, çünkü kişi bu sorunu çözmemektedir. Bu korku, gerçek dışılığa dayanmaktadır ve kişi için

Şekil 15-4
HASTALIĞIN DİNAMİK SÜRECİ



kabul edilemez bir şeydir. Dolayısıyla bloke edilir ve bu korku, bir süre sonra şuursuz hale gelebilir. Duygu bedeninde artık serbest duygu akışı olmayacağı için, durgun enerji veya koyu renkli kabarıklık durumu ortaya çıkar, bu bozulma esiri düzeye iletilir ve yırtık ya da birbirine dolanmış ışık gücü çizgileri olarak kendini gösterir. Bunlar üstlerinde fiziksel hücrelerin büyüdüğü güç hatları ya da ızgara yapısı oldukları için, esiri bedendeki problem fiziksel düzeye taşınır ve hastalık meydana gelir.

Örneğimizde (Şekil 15-4), bu korku solar pleksustaki esiri alanı bozmuştur ve birey bu sorunu çözemezse yin'in aşırı yüklenmesine neden olur. Eğer bu bozulmanın devam etmesine izin verilirse, fizik bedeninin kimyasal metabolizması-

nı etkiler ve fiziksel yapıda bozulmaya, dolayısıyla hastalığa sebebiyet verir. Örneğimizde, solar pleksusundaki yin'in aşırı yüklenmesi mide-de asit oranının artmasına ve sonuçta da ülser neden olmuştur.

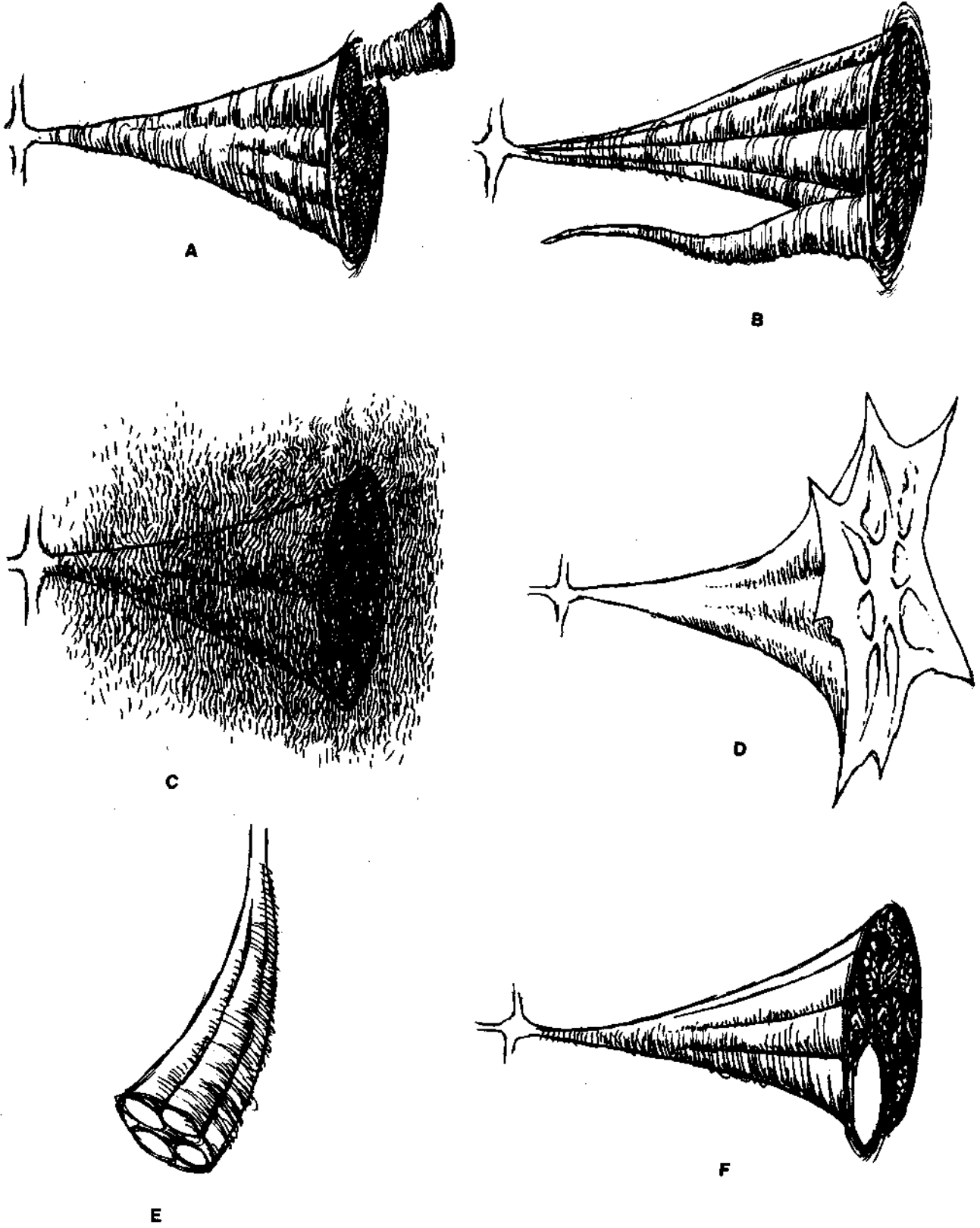
Yani hastalıklı sistemde yüksek bedenlerdeki dengesiz enerjiler aşağıdaki bedenlere aktarılır, bu da fiziksel hastalığa neden olur, diyebiliriz. Hastalıklı sistemde, bedensel duyarlılık azalır ve bedenin ihtiyaçlarına karşı duyarsızlık belirir, bu da kendini örneğin, düzensiz beslenmeye gösterir; ki bu da daha dengesiz enerjilerden oluşan olumsuz bir geri besleme yaratır. İşin kötüsü, bozulmuş ya da dengesizleşmiş her bir beden hemen yanındakini de etkiler. Bu da hastalığın daha fazla hastalık doğurmasına yol açar.

Yüksek Duyusal Algılamayla yaptığım gözlemler şunu gösterdi: Çift sayılı alan katmanlarında hastalık, size daha önce anlattığım bloklar şeklinde bulunuyor; yetersiz yüklenmiş, aşırı yüklenmiş veya tıkanmış koyu enerji. Alanın yapılanmış katmanlarında hastalık; kötüleşmiş, karışmış ve bozulmuş bir şekil alıyor. Auranın tek numaralı katmanlarında ya da ızgara yapısında da delikler olabiliyor. İlaçlar aurya büyük oranda etkiliyorlar. Önceki hastalıklar için alınan ilaçlardan karaciğerde kalan koyu enerji biçimlerine rastladım. Sarılık hastalığının karaciğerde bırakmış olduğu sarı-turuncu renk, hastalık sözümona geçtikten yıllar sonra bile fark edilebiliyordu. Omurgadaki zararı tespit etmek için enjekte edilen radyoaktif boyanın etkileri, sözüm ona birkaç ayda vücuttan atılmış olmasına rağmen, on yıl sonra bile gözlemlenebilmekteydi. Kemoterapi tüm aurik alanı tıkar, fakat özellikle karaciğer kısmında yeşil-kahve renklerinde sümüksü bir enerji bulunur. Radyasyon terapisi, yapılanmış katmanlarda sanki yanmış naylon çoraba benzer izler bırakır. Ameliyatlar, alanın özellikle ilk katmanında yaralar açar ve bu, yedinci katmana dek diğer katmanları da etkileyebilir. Bu yaralar, bozulmalar ve tıkanmalar, fizik beden kendi kendisine şifa vermesine yardım ederek iyileştirilebilir; eğer bozulmuş halde bırakılırlarsa, fizik beden kendi kendini iyileştirmesi çok güç olacaktır. Bir organ bedenden alındığında, esiri organ yeniden yapılanabilir ve fizik beden üstünde yer alan aurik bedenlerde uyumu korumak için hizmet edebilir. Bir gün, aurik beden ve biyokimya ile ilgili daha derin bilgilere sahip olduğunda, alınan organların yerine yeniden oluşmasının sağlanabileceğini düşünüyorum.

Şakralar, maksimum enerji giriş noktaları olduklarından, enerji sisteminin dengesinde çok önemli rol oynamaktadırlar. Şakra dengede değilse, hastalık meydana gelecektir. Şakra ne kadar dengesizse, hastalık da o kadar ciddidir. "İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi" başlıklı bölümde yer alan Şekil 8-2'de görüldüğü gibi, şakralar küçük spiral konilerden oluşan girdaplar olarak görülebilmektedir. Yetişkin şakraların koruyucu bir perdesi var. Sağlıklı bir sistemde bu spiral koniler diğerleriyle eşzamanlı ve ritmik olarak dönerler, EEA'ndan vücudun kullanması için enerji çekerler. Her koni, vücudun sağlıklı iş-

lemesi için ihtiyaç duyduğu bir frekansa "uyumlanmıştır". Ancak, hastalıklı sistemde bu konilerin dönüşleri eşzamanlı değildir. Hızlı veya yavaş, ani ya da dengesiz olabilir. Enerji şablonunda kırılmalar da gözlenebilir. Spiral koni tamamen ya da kısmen tersyüz edilmiş ya da bozulmuş olabilir. Bu aksaklıklar, beden o bölgesindeki hatalı bir işleyiş ya da patoloji ile ilgilidir. Örneğin, bir beyin hastalığı vakasında, Şefika Karagülle'nin *Breakthrough to Creativity*'de (Yaratıcılığa Hamle) anlattığına göre, taç şakradaki küçük girdaplardan biri normal duruşunun tersine başaşağı durmaktadır. Aynı zamanda kişinin beynindeki matris, enerjinin karşı yakaya atlamak zorunda kaldığı bazı "boşluklar" taşımaktadır. Bu boşluk, beyin bir operasyon ile alınan bir parçasına karşılık gelmektedir. John Pierrakos, "The Case of the Broken Heart" (Kırık Kalp Vakası) adlı raporunda, göğüs anjini ve koroner kalp rahatsızlığından mustarip hastaların kalp şakralarından bahseder. Bu şakralar, normalde olmaları gerektiği şekilde parlak ve hızlı dönüşlü değil, koyu ve uyusuk bir madde ile tıkanmış durumdadırlar.

Kendi gözlemlerimden bazı şekli bozulmuş şakra örneklerini Şekil 15-5'te verdim. İlki (Şekil 15-5A), gözlemlediğim her açık fitik rahatsızlığında bir bozulma şeklidir. Solar pleksus şakrasının sekiz küçük girdabı vardır. Üst solda ve yukarıda bulunan girdapçık, yerinden çıkmış bir yatak yayı gibi dışarı fırlamış görünmektedir. Bu bozukluk, yedinci katmana kadar gidiyor gibi görünüyor. Şekil 15-5B, dışarı çekilip çıkmış bir girdabın ucunu gösteriyor. Buna pek çok şakrada tanık oldum. Bu, pöç kemiğinde (kuyruk sokumunun en uç kısmı) bir rahatsızlık olduğu zaman ilk şakrada görülmektedir. Ağır bir psikolojik travma söz konusu ise, solar pleksus şakrasında görülür. Çoğu zaman bu, operasyon yapılan bölgedeki şakrada operasyon sonrası bir travma şeklindedir. Şekil 15-5C, tıkanmış bir şakradır. Anjin geçiren kişilerin hemen hepsinin kalp şakrasında bu şekilde tıkanmış ve koyu enerjiye rastladım. Gözlemlediğim üç AIDS hastasının birinci ve üçüncü şakraları ve bazen yedi katmanı içeren tüm alanları hastalığın ne kadar ilerlemiş olduğuna bağlı olarak tıkalı idi. Şekil 15-5D'de görülen türden yırtılmış bir şakra, gözlemledi-



Şekil 15-5. Bozunmuş Şakralar

ğim her kanser hastasında bulunmaktaydı. Yine, burada saydığımız şakra konfigürasyonları yedinci katmana dek kendini gösteriyordu. Şakra yırtılabilir fakat kanser kendini iki-üç yıl göstermeyebilir. Koruyucu kalkan ortadan kalkmış durumdadır. Kanser ilerlemiş düzeyini taşıyan hastalarda yedinci katmanın ayaklardan başlayıp birinci, ikinci ve üçüncü şakralarla kalp şakrasına kadar yırtılmış olduğunu gördüm. Yedinci katmanın yırtılması, alanda ciddi bir enerji kaybına yol açar. Enerji kaybına ek olarak, hasta psikolojik olduğu kadar fiziksel olarak da tüm dış etkilere açık durumdadır. Alan, sistem için özümsemesi sağlıklı olmayan enerjileri itemez hale gelir. Şekil 15-5E, tüm şakranın bir yöne doğru nasıl çekilmiş olduğunu gösteriyor. Bunu, bir bacağını diğerinden daha güçlü olarak kullanabilen insanlarda gördüm. Bu durum genellikle yine bir yana doğru ezilmiş kuyruk sokumu kemiğinden kaynaklanmaktadır.

Bana göre, şakradaki her ayrı girdap, ayrı bir organa enerji sağlamaktadır. Pankreasta bir rahatsızlık olduğunu her gördüğümde, açık fıtık ile ilgili olanın tam altındaki solar pleksus şakrasının sol tarafındaki belirli bir girdabın bozulduğuna şahit oldum. Eğer bozukluk karaciğerde ise, aynı şakranın karaciğere yakın duran farklı bir girdabı etkilenmektedir.

Şekil 15-5F, ağır bir terapi maratonu ile bozunmuş şakra konfigürasyonunu gösteriyor. Uyuşturucu bağımlısı oğlu ile katıldığı bir haftalık grup terapisinden sonra bu kadın eve, solar pleksus şakrasının bir girdabı yarıp açılmış halde dönmüştü. Soluktu, dönüş hareketi ve koruyucu perdesi yoktu. Problemi deneyimden sadece bir hafta sonra saptadığım için, daha fazla zarar görmeden aurayı onarabildim. Eğer bunu yapmasaydım, kadının söz konusu zayıf girdapla ilişkili organı olan karaciğerinde en sonunda bir hastalık meydana gelebilirdi ya da bunu kendi kendine iyileştirecekti.

Oluşabilecek daha pek çok konfigürasyon var. Bunlardan pek çoğu, sizin de görebileceğiniz gibi, basit yapı düzensizlikleridir. Kelimenin tam anlamıyla dışarı çekilmiş, fazla büyümüş ya da fazla küçülmüş şakralar gördüm. Hepsisi hastalıklara sonuçlanıyordu; bunların hepsi de bireyin deneyim ve inanç sistemlerinin enerji şuru veya

ifadesiyle ilgili şeylerdi. Bir başka deyişle, alanın herhangi bir katmanındaki hastalık kendini o şur düzeyinde gösterir. Her ifade bir tür acıdır; fiziksel, duygusal, zihinsel veya ruhsal. Acı, bir şeyleri düzeltmemiz için bizi uyaran bir mekanizmadır. Bir şeylerin yanlış gittiğine ve bunun için bir şeyler yapmamız gerektiğine dikkat çeker. Kendimizi önceden dinlemediyse, neye ihtiyacımız olduğunu göz ardı etmeye devam edersek, acı devreye girer. Acı, yardım ve şifa istemeyi öğrenmemize yardım eder; bu, ruh varlığının eğitimindeki anahtar noktalardan biridir.

Egzersiz: Hastalığın Kişisel Anlamını Bulmak

Bu şifa ve eğitim sürecindeki en önemli soru şudur: "Bu hastalık bana ne ifade ediyor? Bedenimden gelen mesaj nedir? Kim olduğumu nasıl unuttum?" Hastalık, şu sorunun net yanıtıdır: "Bu acı bana nasıl hizmet eder?"

Hepimiz bedenimizdeki rahatsızlığı bir dereceye kadar kendimiz yaratırız. Dönüp ilk baştaki nedene baktığımızda, bunun; kim olduğumuzu unutmamıza dayandığını görürüz. Bireyselleşmek için bütünden ayrılmak zorunda olduğumuza inandıkça, hastalık yaratmaya devam edeceğiz. Yine başladığımız yere döndük: holistik (bütüncü) ya da holografik evren görüşüne.

Hatırlayalım:

1. Psikosomatik hastalık ile auranın ilgisi nedir?
2. İEA bakış açısı ile alırsak, tüm hastalıkların temel nedeni nedir?
3. İnsan Enerji Alanı yolu ile hastalığın nasıl yaratıldığını tanımlayın.

Üstünde Düşünelim:

4. Bedeninizde hastalık sürecinin oluşumunu anlamak için birkaç dakika meditasyon yapın. Bunu tanımlayın.
5. İnançlarımız deneyimlerimizi nasıl şekillendirir ve İEA'nın bu yaratımdaki rolü nedir?

16. Bölüm

ŞİFA SÜRECİNE GENEL BİR BAKIŞ

Şifacının hastadan ve tıp uzmanlarından beklediği üç şey vardır: hastalığın sebep ve tedavilerine dair daha geniş bir bakış açısı, bir başka şekilde elde edilemeyecek yaşamsal ya da tıbbi duruma ilişkin bilgiye erişebilme şansı ve hastanın şifa yetisini geliştirmek için hastayla doğrudan çalışmak. Sonuç her ne kadar mucizevi olursa olsun, şifacı, hastanın kendini doğal süreçler yoluyla iyileştirmesine yardım etmelidir; ancak bu doğal süreçler şifaya aşına olmayanlar için doğal olmanın çok ötesindedir. Vücudunuz ve enerji sisteminiz doğa ile uyumlu olarak sağlıklı kalır. Şifacı sağlığı uyandıracak yollara sahiptir. Tıp doktoru da bu kurallarla çalışır. Fakat kişisel olmayan pek çok vakanın yükü ve sürekli olarak hastalıklarla yüz yüze gelmenin ağırlığı ile tıp doktorları belirli hastalıkların belirtileri doğrultusunda ancak sağlığa yönelik olmayabilen tedaviler geliştirmektedirler; oysa şifacı, sağlığın sadece fizik bedenın sağlığı olmadığını bilir, yaşamın her kısmında denge ve ahenk olması gereklidir.

Aslında şifa süreci bir hatırlama sürecidir: Kim olduğumuzu hatırlama sürecidir. Aura içinde şifa süreci; her bir bedendeki enerji dengesizliklerini düzeltmek anlamına gelir. Her bir beden içindeki tüm enerjiler dengelendiğinde, sağlık meydana gelir. Ruh varlığı kendi belirli görevini ve daha çok kozmik gerçeği öğrenmiştir.

Şifa sürecinde bugün iki ana yaklaşım vardır. Biri "içsel" şifadır; her düzeyde, kişinin fiziksel, duygusal, zihinsel ve ruhsal yönleri ve inanç sistemi ile gerçekliğini nasıl yaratacağı üzerinde yoğunlaşarak denge ve sağlığı sağlar. Diğeri "dışsal" şifadır; Evrensel Enerji Alanından damıtılan enerjiyi uygulayarak, fizik beden sistemleri dahil olmak üzere auradaki her farklı katmanın dengesini tekrar kurar.

"İçsel" şifanın daha önemli olduğunu düşünüyorum, fakat "dışsal" şifa süreçlerini öğrenmek de mutlaka gereklidir.

İçsel Şifa Süreci

İçsel şifa süreci; dengesizliği ifadeye, bunu düzeltmeye ve elleri kullanarak auranın uygun katmanını onarmaya yoğunlaşarak vücuttaki enerjiyi yeniden dengeye oturtur (Şekil 16-1). Bu düzenleme, diğer katmanları da olumlu yönde etkiler.

İçsel şifa süreci, tam spektrum şifası olarak da anılır ve "Tam Spektrum Şifası" başlıklı bölümde daha ayrıntılı olarak ele alınacaktır. Burada sadece özetini bulacaksınız.

Ketherik kalıp düzeyindeki şifada, hatalı inanç sistemi şuur yüzeyine çıkarılır ve sorgulanır. Şifa, alanın yedinci katmanında yapılır. Bu şifa temel olarak onarma ve vücudun gereken yerini tekrar yapılandırmadan oluşur. Yedinci katmanın tamiri, otomatik olarak altıncı katmanı daha fazla göksel sevgiye açar.

Göksel düzeyde, şifacı, göksel ya da evrensel sevginin içindedir ve bunu hastaya yönlendirir.

Esiri kalıp düzeyinde, aurik beden ruhsal bir operasyonla tekrar hizalanır. Bu da iradeyi İlahi İrade isteği ile aynı çizgiye getirme etkisi yapar.

Astral düzeyde şifa, sevgi ve şelasyon yoluyla olur. Şifacı insanlığın sevgisi gerçekliğinin içinde olur ve enerjiyi hastaya yönlendirir. Bu, zihinsel düzeyin de rahatlamasına ve savunmalarından bazılarını bırakmasına yardım eder.

Zihinsel katmanda, şifacı, bu düzeyde dengesizlik yaratan yanlış düşünme süreçleriyle uğraşır. Bu düşünme süreçleri, travma geçiren çocuğun mantığına dayanmaktadır. Yetişkin bunların farkına vardığında, ne oldukları kolayca anlaşılır ve daha olgun düşünce süreçleriyle yer değiştirirler. Şifacı, hastanın eski problemlerine yeni çözümler bulmasına yardım ederek bu katmanı yeniden yapılandırır.

Şekil 16-1 İÇSEL ŞİFA SÜRECİ

KETHERİK KALIP BEDENİ	7. katman şifa	Hatalı inanç sistemlerine meydan okur.
GÖKSEL BEDEN	6. katman şifa	Evrensel sevgi içinde durur.
ESİRİ KALIP BEDENİ	5. katman operasyon	Kişisel iradeyi İlahi İradeyle aynı çizgiye getirir.
ASTRAL BEDEN	4. katman şelasyon, sevgi	Sevgi ve kabullenme sunar.
MANTAL BEDEN	Şelasyon ve düşüncenin yeniden modellendirilmesi	Çelişkili düşünce kalıplarına meydan okur.
DUYGU BEDENİ	Şelasyon ve duyguların akışının tekrar yönlendirilmesi	Duyguların enerjetik akışını serbest bırakmak için bloke edilmiş duyguları ve acıyı yeniden deneyimler.
ESİRİ BEDEN	Şelasyon ve yapının onarımı	Esiri bedendeki enerji akışı ve titreşimleri serbest bırakır. Tekrar kurar. Esirdeki orgon metabolizmasını yeniden dengeye koyar.
FİZİK BEDEN	Masaj	Fizik bedeni enerjiyle tekrar canlandırıp besler, fiziksel sistemleri dengeleyen kimyasal süreçleri tekrar düzenler. Sağlık.

Duygusal katmanda, şelasyon tekniği ile şifacı hastanın bloke edilmiş duyguları temizlemesine yardımcı olur. Bazen hasta eski travma ve engellenmiş duygu deneyimlerini şifa sırasında tekrar yaşayabilir. Bazen travmalar hastanın haberi bile olmadan ortadan kalkar.

Esiri katmanda, sağlık ve güçlülük duygusunu kurmak için güçlendirme ve onarım çalışmaları yapılmalıdır.

Fizik beden üzerinde doğrudan çalışmak için -örneğin kas gerilimi, şişmanlık ve zayıflık gibi fiziksel blokları kaldırmak için- egzersizler, vücut pozisyonları ve ses kullanılır.

Tam spektrum şifası sürecinde tüm bedenler üzerinde birarada çalışılır. Bu süreç bazen tek kişiye özel, bazen de gruplar halinde uygulanır. Bu süreçte fizik bedendeki sağlık genellikle, diğer tüm bedenlerde denge sağlandıktan sonra ortaya

çıkılmaktadır. Bu tek seansta da olabilir, bir yıl da sürebilir.

Şifacıların tüm bunları nasıl yaptığını merak ediyor olabilirsiniz. Onlar bunu, genişlemiş bir şuur hali sayesinde muazzam miktarda bilgiye erişebildikleri için yapabiliyorlar.

Dışsal Şifa Süreci

Bu temel iyileşme sürecini hızlandırmak ve artırmak için, dışsal şifa metotları kullanılır (bazen buna çok ihtiyaç duyulur); hatalı inanç sistemi düzeltilene kadar, bu yanlış inançlardan kaynaklanan fiziksel semptomlar üzerinde durmak gerekir. Bazen hastanın yaşamını kurtarmak için dışsal şifa uygulamak şarttır. Ancak, eğer "içsel" şifa sağlanamamış ve inanç sistemi düzeltileme-

mişse, bu semptomlar ortadan kalksa bile rahatsızlık yeniden kendini gösterebilir.

Holistik tıbbın gelişimiyle beraber, pek çok şifa metodu da gelişerek güvenilir olduklarını kanıtladı. Pek çok doktor insanları sağlıklı tutmak için uygun diyetin, gıda destekleyicisi olarak vitamin ve mineraller içeren besinlerin, sağlığı korumak için egzersiz programlarının önemini vurguluyor. Homeopatlar, şiropraktörler, akupunktürcüler, kinesiologlar, masajcılar ve beden üstünde çalışanlar; sağlık için bu şekilde çalışıyorlar. İnsanlar, bu egzersiz programlarının önemini daha iyi anlıyor ve olası zorluklar ciddileşmeden önce saptayabilmek üzere düzenli kontrollerden geçiyorlar. Elle dokunarak şifa çalışmaları, dünyanın dört bir yanında giderek yaygınlaşıyor. İnsanlar şamanizm ve kadim şifa teknikleriyle ilgileniyorlar. Kanserli ameliyatlara yapan psikişikler, binlerce kişi tarafından ziyaret ediliyor. Yani bir sağlık devrimi yaşıyoruz. Peki neden?

Teknolojinin gelişmesi ve aile doktoru kavramının ortadan kalkmasıyla beraber tıp alanı kişisel olmaktan çıktı. Eskiden aile doktorları olur ve aile bireylerinin geçmişini, sağlık durumlarını bilirlerdi. Bugünün doktorları hastalarının adını bile hatırlamakta güçlük çekiyorlar. Teknoloji hayatı kurtarıyor ve doktorlar her hastanın hayatının sorumluluğunu alamazlar. Bu sorumluluk, sonuçta hastanın kendisine aittir. İşte tıptaki devrimin nedeni de bu. İnsanlar sağlıkları üzerinde daha fazla sorumluluk sahibi olmak istiyorlar. Bunun için, var olan metotları bir bütün olarak kullanabilmek gerekiyor, böylece şifacılık da eskiden olduğu gibi yine kişisel hale geliyor.

Şifacılar ve Doktorlar Birlikte Nasıl Çalışabilir?

Şifacılarla doktorların birlikte çalışmaları, teknolojinin avantajlarını ve her bir hasta için mümkün olan en iyi kişisel ilginin biraraya getirilebilmesi anlamına gelir. Şimdi, bunun nasıl işleyeceğine bir bakalım.

Şifacılar, bu kısmın girişinde de değinildiği gibi doktorlara üç şekilde yardımcı olabilirler: hastalığa neden olabilecek durumlar hakkında

geniş bir bakış açısı sağlayarak, standart metotlarla elde edilemeyecek bazı bilgileri vererek ve enerji sistemini dengeleyerek iyileşmeyi sağlayarak. Çoğu zaman bu sonuncusu, hastaya yaşamını kurtaracak gücü kazandırmaktadır.

Klinik uygulamada şifacı, tüm enerji sisteminin nasıl dengeden çıktığını (ve sorunun ne kadar ciddi olduğunu) belirlemek üzere ilk teşhisi koyarken, nedenler hakkında görüş bildirirken ve hastalığın kişinin yaşamına etkisi hakkında konuşurken, doğrudan hasta ve doktorla beraber çalışabilir.

Şifacının teşhis metotlarından bir sonraki kısımda bahsedeceğiz. Şifacı, Yüksek Duyusal Algılamayı kullanarak, kullanılacak ilaçlar, uygulanacak diyetler ve egzersizler hakkında öneride bulunabilir. Yine doktorla beraber çalışırken, Yüksek Duyusal Algılama yardımıyla, ilaçların ve diyetlerin dozajı, haftadan haftaya, günden güne ve hatta saatten saate biçiminde belirlenerek ne kadar zamanda bir uygulanacağı gibi konularda da bilgi verebilir. Doktor ve şifacının bu şekilde ortak çalışmasıyla, daha önce hayal bile edilemeyen bir şekilde "ince ayar" düzeyinde bir şifa süreci gerçekleştirilebilir. Şifacı, hastanın enerji alanını inceleyerek, kullanılan ilaçların ve şifa metotlarının hastanın genel sağlığını nasıl etkilediğini görebilir.

Bu türden çalışmalara az da olsa katıldım ve ne kadar etkili olduğunu gördüm. Mietek Wirkus adlı bir şifacı ile tanışmıştım; Polonya'da IZICS isimli bir klinikte doktorlarla birlikte üç yıldır bu şekilde çalışıyordu. Klinik kayıtlarına göre, şifa çalışmaları -ki biyoenerji terapisi (BET) olarak anılıyor- özellikle sinir hastalıklarının tedavisinde fayda sağlamaktaydı; migren sonucu oluşan hastalıklarda, bronşiyal astımda, psikosomatik hastalıklarda, gastrik ülserde, bazı alerji tiplerinde, iyi huylu tümörlerde, yumurtalık kistlerinin sıvılaştırılmasında, eklem ağrılarında vs. çok iyi sonuç veriyordu. BET, ayrıca kanserin ve kanser hastalıklarında uygulanan tedavilerin verdiği ağrıyı da azaltmaktaydı. Sağır çocukların tedavisinde de iyi sonuçlar alınıyordu. Doktorlar, BET'nin her vakada hastanın gevşemesinde, acının azalmasında ve operasyon veya enfeksiyon sonrası rehabilitasyonun etkisinin artmasında etkin olduğunu görüyorlardı. Ülkede, pek çok

doktor şifacılarla beraber çalışmaya başladı. Dr. Dolores Krieger, New York Tıp Merkezinde, hemşirelere bu konuda yıllar önce eğitim vermişti ve hastanede bunu uygulamaktaydılar. California-Glendale'deki Healing Light Center'ın müdürü olan Rosalyn Bruyere, şifacılık uygulaması yapmak üzere birçok hastaneye girme iznine sahiptir ve çeşitli tipten hastalıklarda elle dokunarak şifa çalışmalarının veri etkinliğini belirlemeye yönelik çeşitli araştırmalara katılmıştır.

Yüksek Duyusal Algılamayı kullanarak yapılan bir başka araştırma, kanser gibi tedavisi henüz bulunmamış hastalıkların nedenlerini ve tedavilerini bulmada araştırmacılara yardım etmektedir. Daha sonra ele alacağımız içsel görü sayesinde şifacı, hastalık sürecini hastanın bedeninin içinden izleyebilir. Araştırma için ne kadar da müthiş bir araç!

Yüksek Duyusal Algılamayla, her bir hastanın aurası incelenerek holistik şifa tiplerinden hangisinin en verimli olacağına karar verilebilir. Bu şekilde, şifanın etkisi de artırılır. Örneğin, ben gözlemlerimde, değişik beden katmanlarındaki aksamalar için değişik şifa tiplerinin gerekli olduğunu gördüm. *The Pattern of Health* (Sağlık Modeli) adlı kitabında Aubrey Westlake, Bach Çiçek tedavilerinden hangisinin hangi katmanı iyileştireceğini açıklamış. Gözlemlerime göre, homeopatik tedavinin yeterliliği ne kadar fazla olursa, etkilediği aurik beden de o kadar yüksek oluyor. 1M'nin üzerindeki dozlar aurik alanın dört yüksek bedenine etki ederken, daha düşük olanlar da aşağıdaki üç bedene iyi geliyor. Yüksek dozların muazzam gücü nedeniyle başlangıç seviyesindeki uygulamacıyla daima önce düşük dozlarla (aşağı enerji bedenleriyle) çalışmayı öğretmek yerinde olur, daha sonra uygun reçete bulunduğunda daha yüksek bedenlere geçebilirler. Çoğu şifacılar, elle dokunarak şifa sürecinde hangi beden üzerinde çalışacaklarını belirleyebilmektedirler. Bu, kişinin tüm bedenler üstünde çalışabildiği kendi kendine şifa meditasyonu için de geçerlidir. Radyonik, "değerler" ya da "frekanslar" üreten makinelerin yardımıyla EEA'ndan şifa veren enerjileri daıtmak için kullanılan bir metottur. Radyestezinin yanı sıra,

radyonik doktordan bir hayli uzakta konumlanmış hastalara enerjiler yayar. Hastadan alınan kan örneği ya da bir tutam saç, "anten" olarak kullanılır. Radyonik uzmanı, hangi aura katmanı ile çalışacağını belirleyebilir.

Şiropaktörler auranın ilk üç düzeyine ulaşabilmekteler; tıpkı şifalı bitkiler, vitaminler, ilaçlar ve operasyonlar gibi. Şüphesiz elle dokunarak şifa, şifa meditasyonları ve ışık, ses, renk ve kristaller kullanarak yapılan şifalar aurik alanın daha üst düzeylerine ulaşmaktadır. Daha fazla araştırma ile, hangisinin en iyi sonucu verecek biçimde kullanılabileceğini öğrenebiliriz.

Şifa tipleri hakkında bazı kitaplar yazılmıştır. Önerileceklerim şunlar: Dr. George Vithoulkas, *The Science of Homeopathy* (Homeopati Bilimi); Dr. David Tansely, *Dimensions of Radionics* (Radyoniklerin Boyutları); Dr. Julius Dontenfass, *Chiropractic: A Modern Way to Health* (Kiropraktik: Sağlığa Giden Modern Bir Yol); Dr. Dianne M. Connelly, *Traditional Acupuncture: The Law of the Five Elements* (Geleneksel Akupunktur: Beş Element Yasası).

Bu ülkede (ABD, Ç.N.) tıp uzmanlığı, fizik beden ve organ sistemleri üzerinde yoğunlaşmış durumdadır. İlaç ve operasyonlar da temel tedavi yöntemleridir. Şifa sırasında ilaç ve operasyon uygulanmasında görülen ana sorunlardan biri, sıklıkla yarattıkları muazzam yan etkilerdir. İlaçlar, fizik bedeninin işleyişiyle ilgili bilgilere uygun olarak veriliyor ama aslında bunlar yüksek bedenleri ters biçimde etkileyen enerjiler de içeriyorlar. Bu ilaçlar kullanıma girmeden önce test edildiklerinde, yüksek bedenler üstünde yaptıkları etkiler açısından doğrudan incelenmemişlerdir. Daha ziyade, bu yüksek enerjilerin etkileri ancak fizik bedene indiklerinde anlaşılabilirler. Bunun örneklerine rastladım, ilacın kullanımından on yıl sonra bile auradaki etkisinin devam ettiğini gördüm. Sarılık hastalığında kullanılan bir ilacın, beş yıl sonra bile bağışıklık sistemini etkileyen izlerine rastladım. Omurgaya teşhis için verilen kırmızı boyanın, on yıl sonra omurga sinirlerine uygulanan şifayı olumsuz etkilediğini gördüm.

Holistik Bir Şifa Sistemine Doğru

İnanıyorum ki, geleceğin holistik şifa sistemi, geleneksel tıbbın "analiz edilmiş" bilgisi ile yüksek enerji sistemlerinin "sentez edilmiş" bilgilerini biraraya getirecek. Geleceğin holistik şifa sistemi, enerji bedenler ve fizik beden şifasını birarada yapacak, teşhis koyacak, içsel ve dışsal şifa süreçlerini birarada yürütecektir. Tıp doktorları, şiropraktörler, homeopatlar, şifacılar, terapistler, akupunktürcüler vs. şifa sürecine hizmet için birlikte çalışacaklar. Hasta Tanrı'ya, gerçek varlığına giden yolda yolculuk eden bir ruh varlığı olarak görülecek ve hastalık, yolcuya doğru yönü işaret etme yöntemlerinden biri olarak ele alınacaktır.

Bunu yapmak için, yüksek bedenlerin gizemlerine dalabilmek üzere onların işleyişine ve yapısına ait pratik bilgiler edinebilmek amacıyla tıp alanınca geliştirilen analitik metotlara ihtiyaç vardır. Bu amaçla, yüksek beden şifa metotlarının, günümüzde kullanılan alopantik bilimsel tıp ile test edildiği ortak araştırma projelerine ihtiyacımız var. Alopantik (*) ilaçlar ve homeopatik tedaviler birlikte nasıl iş görmektedir? Nasıl bir denge kurarak tedaviyi sağlamaktadırlar? Birarada kullanılmaması gereken şeyler nelerdir?

Enerji bedenleri gözlemlemek için onları saptama metotları üzerine yoğunlaşmalıyız. Esir, en kaba maddeden olduğu için, fizik bedene en yakın olan da odur, dolayısıyla önce onda yoğunlaşmalıyız. Enerji denge ve dengesizliklerini göstermek için esirin ızgara yapısının bir resmini oluşturabilseydik, ne muazzam bir araç elde ederdik! Bu bilgi ve çalışma yardımıyla, esirdeki enerjileri tekrar dengelemek için o zaman daha pratik ve etkin metotlar bulabiliriz. Gelecekte, daha yüksek bedenlere uygulayacağımız metotları keşfetmeye de geçebiliriz.

Böylece, daha fizik bedende ortaya çıkmadan önce hastalıkları tahmin edebilir duruma gelebileceğiz.

Her şeyden önce, bu alanları algılamayı önce sağlık bakım uzmanlarına, özellikle de doktorlara öğretmeyi hedefliyorum, böylece onlar da hastanın canlı bedeni içindeki işleyişe daha

farklı bakabilir hale gelirler. Bazı doktorlar şimdiden yardım istemek için bizlere ulaşıyor ve ellerindeki en zor vakaları şifacılarımıza yolluyorlar. Genelde bunu açık açık yapmıyorlar. Artık saklandığımız köşelerden çıkıp bir takım halinde çalışmanın zamanı gelmiş durumda.

Sadece bakarak bedenin içsel işleyişine daha yakından görebilen yetişmiş ve eğitilmiş kişilerle tıbbi araştırmaların nerelere kadar gidebileceğini bir düşünün. Laboratuvar ortamında hayvanlar üzerinde çalışmaktansa, gerçek hastaların istek ve ihtiyaçları üzerine yoğunlaşmanın zamanı geldi. Eğer hastanın ihtiyacı olan tedavi türüne doğrudan erişmeyi ("okumayı") başarabilirsek, o zaman her bir bireyin şifası için kişisel düzeyde programlar tasarlanabilir.

Heyoan'a göre, "her bir birey için kesin bir zamanda kesin bir dozda verilen kesin bir madde; en etkili, en kısa sürede ve yan etkilerden mümkün olduğunca arınmış şekilde sağlığa ulaştıran bir dönüştürücü madde görevi görür." Sağlık sadece fizik bedende değildir, sistemin her düzeyde dengede olması gerekir.

Bu potansiyelle, şimdi gelin auranın tüm düzeylerinde bilgi edinmenin birçok farklı yoluna bir göz atalım.

Hatırlayalım:

1. İçsel şifa sürecini açıklayın.
2. Dışsal şifa sürecini açıklayın.
3. İlaçlar İEA'nın hangi düzeyleri üzerinde etkili olabilir?
4. Normal tıp uygulamalarında test edilen ilaçların İEA'nın düzeyleri üstündeki etkisi nedir?
5. Homeopatik tedavinin yeterliliği aura ile ne derece ilgilidir? Auranın hangi düzeylerinde bu tedavi etkili olur?

Üstünde Düşünelim:

6. Hastalığı tıbbi uygulamada İEA yolu ile anla-

(*) Alopanti: Bu yöntemde kullanılan ilaçlar, sağlıklı bir insan üzerinde denendiğinde, tedavi edilecek hastalığın belirtilerine karşı belirtiler doğurur. • Alopanti: Zıt tedavi usulü ile ilgili.

manın temel etkileri nelerdir? Uygulama, psikodinamik işleyiş, hastanın sorumluluğu ve kendi kendisini algılaması açısından düşünün.

7. Aurik sahalar yoluyla şifa, normal tıp süreci ile birlikte nasıl yürüyebilir?

17. Bölüm

BİLGİYE DOĞRUDAN ERİŞİM

Bilgiye normal yolların ötesindeki erişim, şifacı-
lığa çok yardımcıdır. Doğrudan erişim, adından
anlaşılan ne ise odur. İsteddiğiniz bilgiyle doğru-
dan irtibat kurar ve alırsınız. Bu süreç, isterseniz
Yüksek Duyusal Algılama diye, isterseniz duru-
görü, duruşiti, duruduyum veya psişik okuma
diye de adlandırılabilir. Şimdi, bu sürecin ne ol-
duğuna daha yakından bakalım.

Bizler bilgiyi dışarıdan beş duyumuzun yar-
dımıyla alırız; yani görme, duyma, dokunma,
tatma ve koklama. Çoğu insan bilgiye erişimde
bu duyuları diğer insanlara göre daha gelişmiş
şekilde kullanabilir. NLP uygulayıcıları Richard
Bandler ve John Grinder, *Frogs to Princes* (Kurba-
ğalardan Prenslere) adını verdikleri kitaplarında
düşünme, hissetme gibi içsel süreçlerimizin, bil-
giye erişim yöntemlerimizle büyük ölçüde ilişki-
li olduğunu anlatmaktalar. İçsel deneyimleriniz
bazı alışkanlık kanallarından geçer. Esasen gör-
sel ve kinestetik (*) ya da işitsel ve kinestetik ya
da görsel ve işitsel süreçlerin kombinasyonlarıyla
iş görüyor olabilirsiniz. Herhangi bir kombi-
nasyon mümkündür. Farklı içsel süreçler için
farklı kombinasyonlar kullanırsınız. Esasen re-
simler, sesler ya da hisler biçiminde düşündüğü-
nüzü biliyor ya da bilmiyor olabilirsiniz. Bunu
keşfetmenizi öneririm, çünkü normal duyularını-
zı kullanarak bilgiye erişme biçiminiz, Yüksek
Duyusal Algılamanızı geliştirmeye başlamanız
için önereceğim biçimdir.

Örneğin, bana bir isim verildiğinde, bunu
önce duyarım, sonra da isim ile kişi arasındaki
bağlantıyı hissedene dek tüm yönlerde kinestetik
yolla araştırırım. O noktadan itibaren, o kişi hak-
kında resimler görmeye ve bilgiler işitmeye baş-
larım. Birkaç yıl önce bunu bu şekilde yapamı-
yordum.

Geliştirdiğim ilk Yüksek Duyu, kinestetik
olandı. Psikoterapide insanlara ve enerji alanları-

na dokunarak çok zaman geçirdim. Daha sonra
ayrıt edebilme yetim "görme"ye yöneldi. Hisset-
tiklerimle bağlantılı olarak görmeye başladım.
Pek çok çalışmadan sonra bilgileri işitmeye baş-
ladım. Bu erişim yollarının her biri de çalışma ve
meditasyon yardımı ile öğrenilebilir. Sakin sessiz
bir hale girip duyularınızdan biri üstüne odakla-
narak, onu güçlendirebilirsiniz. Sadece pratik
yapmak gerekiyor. Zor olan kısım sakın bir şuur
haline girmek ve amacınıza odaklanmış halde
kalabilmek.

Egzersiz: Algılayışınızı Güçlendirmek

Kinestetik duyunuzu güçlendirmek için, rahat
bir meditasyon konumu alın ve vücudunuzun
içindeki hislere yoğunlaşın. Vücudunuzun bö-
lümüne ve organlarınıza yoğunlaşın. Eğer işe
yarıyorsa, yoğunlaştığınız kısımlara dokunun.
Görselliğe eğilimliyseniz, bu kısımlara bakabilir-
siniz. Eğer işitmeye eğilimliyseniz, soluk alıp ve-
rişinizi ve kalp ritminizi duymaya çalışmak
odaklanmanıza yardım edebilir.

Şimdi aynı şeyi çevrenizdeki mekan için ya-
pın. Gözleriniz kapalı olarak oturun ve içinde
bulduğunuz odayı hissedin. Yoğunlaşın, oda-
nın farklı bölgelerine ve değişik nesnelere doğru
ulaşın. Yardım isterseniz, gözlerinizi açın ve bu
nesnelere dokunun, sonra tekrar yerinize gidip
oturun ve hissedin. Şimdi bir arkadaşınız sizi
gözleriniz kapalı halde tanımadığınız bir odaya
götürsün. Yine oturun ve kinestetik olarak aynı
şeyi bu oda için yapmaya çalışın. Oda hakkında
ne öğrendiniz? Gözlerinizi açın ve kontrol edin.
Aynı şeyleri insanlar, hayvanlar ve bitkiler için
de yapın.

Görme duyunuzu güçlendirmek için, yine
aynı meditasyon konumunda gözleriniz kapalı

(*) Kinestezi: Kişinin kendi kaslara bağlı hareketlerinin şuru veya algısı. Kinestetik (sıfat hali).

oturun ve içinize bakın. Bunu yapmakta zorlanıyorsanız, size yardım edecek duygunuzu bulun. Gözünüzün önüne bir resim gelene kadar vücudunuzun o parçasına dokunmaya ya da içsel süreçlerinizi dinlemeye devam edin. Aynı şeyi oda için de yapın. Önce, gözlerinizi açın, odanın ayrıntılarını algılayın; sonra gözlerinizi kapatın ve zihninizde odanın resmini çizin. Şimdi, yine tanımadığınız bir odaya gidin ve aynı şeyi tekrarlayın. Ne "görebiliyor"sunuz?

Unutmayın, görsel algılamadan bahsediyoruz. Bu, imgelemeden farklıdır, yani yaratmak istediğinizi zihninizde canlandırdığınız yaratıcılık etkinliğinden söz etmiyoruz.

İşitme duygunuzu güçlendirmek için meditatif konumunda oturun. Vücudunuzun içini dinleyin. Yardım isterseniz, dinlediğinizin yerinizin üzerine elinizi koyun ve hissedin ya da bakın. Sonra dışarı çıkın ve etrafınızdaki tüm sesleri dinleyin. Eğer bunu ormanda yaparsanız, seslerin eşzamanlılığını duyarsınız. Hep birlikte bir senfoni gibidirler. Daha yakından dinleyin. Başka ne duyabiliyorsunuz? Olmayan sesler mi? Daha dikkatli dinleyin; belki size bir şey ifade edebilir. *Stalking the Wild Pendulum* (Çılgın Sarkacın Peşinde) adlı kitabında Itzhak Bentov meditasyon yapanların duyduğu birtakım farklı seslerden bahsetmiştir. Bunlar normal duyma frekansının üzerinde sesler. Bu seslerin frekanslarını da ölçebilmiştir.

"Görme" yeteneklerimi artırdıkça, görüntülerin iki biçimde geldiklerini keşfettim. Biri sembolik, diğeri de düz anlamlı. Sembolik resimde görülen şey; kişi "okuma" yaptığı kişi için anlam ifade eden bir imge görür. Örneğin, gökyüzünde dönen bir nebula ya da çikolatalı bir pasta görülebilir. Düz anlamlı olanda ise olay ya da şeylerin resimleri görülür. Kişi, hastanın geçmiş bir deneyimine tanık olabilir. Her iki biçimde de şifacı tanıklık görevini üstlenir. Yani bu zaman çerçevesine girerek olayı olduğu durumu ile gözler. Aynı sembolik vizyon için de geçerlidir. Şifacı görüntünün açılmasını izler ve görüntü değiştikçe olanları tarif eder. Buna, alıcı kanallaşma diyoruz. Vizyondaki görüntüler değişirken, şifacı tarafından yorumlanmaması ve değiştirilmemesi çok önemlidir. İmgelerin içerdiği anlam hasta ve

şifacı için farklı olabilir. Örneğin, sembolik bir resim gördüğünüzde, mesela yolda giden mavi bir araba, hemen "Bu da ne anlama geliyor?" demezsiniz. Arabaya bakar ve görüntünün yavaş yavaş değiştiğini görürsünüz. Bu süreç içinde bilgiyi yavaş yavaş alır ve anlaşılabilir bir tablo oluşturabilirsiniz. Resmin sembolik mi yoksa düz anlamlı mı (yani gerçekten olmuş mu yoksa olabilecek bir şey mi) olduğunu, bir süre geçene dek bilemeyebilirsiniz. Bu türden bilgi alışında, çok sabretmeniz gerekebilir. Tek bir görüntüye anlam vermek için yarım ya da bir saat kadar uğraşabilirsiniz.

Öte yanda, bazı okuyucuların kendi sembollerini vardır ve bunlara göre anlamlandırarak okuma yaparlar. Bu da elbette farklı ve yoğun bir çalışma gerektirir çünkü okuma yapan kişinin sayesinde bilgi alabileceği net bir semboller takımı oluşturması gerekir.

Düz anlamlı vizyon görmenin bir diğer türünde şifacı hastanın bir iç organının resmini görmektedir. Bu resim, ya şifacının zihninde oluşan bir ekrandır, ki ben buna zihin-ekranı diyorum ya da şifacı röntgeni çekilmiş gibi bedenini içini görür. Bunu da içsel görüş olarak adlandırdım. Bu, bir hastalığı tarif etmek için çok güçlü bir araçtır. İçsel görüş ile doğrudan aktif erişimi kullanırsınız. Bu, erişmeyi istediğiniz bazı belirli bilgilerin peşinde olduğunuz anlamına gelir. Örneğin, içsel görüşü kullanarak vücudun istediğim kısmına bakabilirim. Auranın hangi seviyesine, hangi derinliğe, hangi çözünme oranına bakacağuma karar verebilirim.

Uzaktan Algılama

Doğrudan erişimin, ister hasta sizinle aynı odada olsun ister uzak bir mesafede bulunsun yine de işe yaradığını gördüm. Gerçekleştirdiğim en uzak mesafeli aura okuması, New York-İtalya arası yaptığımız bir telefon konuşmasındaydı. Bu noktada uzun mesafeli okumalarımın görünüşe göre hayli başarılı olduğunu söyleyebilirim ama şifacılığım hastayla aynı odada olduğumda ki kadar güçlü ve etkili değildi.

Doğrudan Erişim ve Önceden Biliş

Pek çok kez insanlar rehberimden, gelecekleri için yol gösterici olmasını istediler. Ruhsal rehberim ise, olası gelecek hakkında konuşmanın mümkün olduğunu ama kesin olarak gelecek gerçekliklerden söz edilemeyeceğini çünkü hepimizin geleceğimizi yaratacak özgür iradeye sahip olduğumuzu söyler. Heyoan, geleceği tahmin etmeyeceğini söyler ama birçok kez sorulan soruları cevaplamıştır. Bu olası geleceklerin birçoğu meydana geldi. Örneğin, Heyoan birine Birleşmiş Milletler ile ilgili bir görev almakla ilgilenip ilgilenmeyeceğini sormuştu ve kadın BM'den iki iş teklifi birden aldı. Bir başkasına Meksika diplomatik servisinde görev alacağını ve Portekiz'de tatilde iken biriyle temasa geçeceğini söylemişti ve bu da doğru çıktı. Pek çok kişiye de yarım kalan işlerini bitirmelerini çünkü taşınacaklarını söylemişti ve bu da oldu. Belirli bir şifa seansında hastanın kanser olup öleceğini görmüştüm ve bu doğru çıktı. Hasta, seansa geldiğinde hiçbir belirti yoktu, dört ay sonra dört tomografi çekilene kadar da belirlenememişti. İçsel görüşle saptadığımla aynı boyda ve aynı yerde bir tümöre rastlandı. Elbette bu bilgiye erişmek beni çok üzmüştü. Bunu hastaya söylemedim. Ona hemen doktora gitmesini önerdim. Ne yazık ki, doktoruna ulaşmam mümkün değildi. Bu tip deneyimler, şifacının sorumluluk sınırlarının nereye dek uzandığıyla ilgilidir ve bunlara da ilerleyen bölümlerde değineceğiz.

Bilgiye doğrudan erişim süreciyle ilgili yapılan en iyi ölçümler, Stanford Araştırma Enstitüsünde Russell Targ ve Harold Puthoff tarafından yapılanlardır. Laboratuvarın bodrum katındaki "izleyici", çeşitli yerlere gönderilen ekip üyelerinin bulundukları yerlerinin haritasını hayli doğru biçimde çizebilmişti. Targ ve Puthoff bunu tanınmış psikik kişilerle de tekrarlamışlar ve bunu seçtikleri herhangi bir kişinin, hatta şüphecilerin bile yapabildiğini görmüşlerdir. Benim yaptığım şeyin de buna benzer ama şifaya uygulanan bir tür olduğuna inanıyorum.

Kısacası, çoğu insanın kendi günlük yaşamlarında bilgiye doğrudan erişim için bir tür yöntem kullandığına inanıyorum. Ulaştığınız hangi bilgi size mesleğinizde daha faydalı olur? Bunu

da muhtemelen Yüksek Duyusal Algılamayla algılayabilirsiniz. Tüm bunlar, insanoğlunun bilgi ve rehberlik alabileceği birçok yola sahip olduğunu göstermektedir; tabi ki eğer almayı veya almaya açık olmayı istersek.

Bilgiye doğrudan erişimin gelecek adına ima ettiği birçok şey var. Bizler, insan türü olarak, kanıtların gösterdiği gibi bilgiye erişmeyi öğrendikçe bu, bizim eğitim sistemimizi ve şüphesiz içinde yaşadığımız toplumu etkileyecektir. Okula sadece tümevarım ve tümdengelim tarzında akıl yürütmeyi öğrenmek, bilgi toplayıp hafızamıza kaydetmek için gitmeyecek, *ihtiyaç duyduğumuz ve dikkatimizi çeken şeyi nasıl öğreneceğimizi öğrenmek için gideceğiz*. Bir şeyleri hatırlamak için uğraşacağımıza, evrensel enerji alanının "hafızasında" zaten kayıtlı olan bilgiye nasıl erişeceğimizi bilmemiz lazım. Ezoterik ya da içrek öğretilerde bu hafıza, akaşik kayıt olarak adlandırılır. Bu kayıtlar, evrensel hologramda bilinen ve olmuş olan her şeyi içerir. Bu tip beyinsel işlevde ise, bilgi zihnimizde saklanmaz; sadece o bilgiye erişilir. Bu beyinsel işlev anlayışında, hatırlamak; o bilgiyi edinmek için kişinin kendi zihnini araştırması demek değildir, evrensel hologramdaki bilgiye tekrar uyumlanmak ve o bilgiyi yeniden okumak anlamına gelir.

Bu bilgi, doğrusal zamanın dışında yer aldığı için, ki bundan "Kendimizi Nasıl Gördüğümüz ve Gerçek Halimiz Arasındaki Paralellik ve Batı'daki Bilimsel Görüşler" başlıklı bölümde bahsedilmişti, geleceği bir şekilde görebilme yetisine sahibiz; tıpkı Nostradamus'un Histler adında bir diktatörün Avrupa'da yükseleceğini, Hitler'den iki yüzyıl önce tahmin ettiği gibi.

Hatırlayalım:

1. Bilgiye doğrudan erişimin ana yolları nelerdir?
2. Görsel, işitsel ve kinestetik duyumları geliştirmenin yollarını tanımlayın.
3. Eğer bir kişi kinestetik ise, hangi meditasyon tipi ve doğrudan erişim yolu yoğunlaşması için en uygun olandır?
4. Auraya aktif olarak bakma ile onu sembolik olarak algılama arasında ne fark vardır?

5. Bilgiye doğrudan erişim uzaktan da sağlanabilir mi? Ne kadar uzaklıkta bu mümkün olur? Buna nasıl bir fiziksel açıklama getirilebilir?
6. Aktif ve alıcı kanallaşma ile bilgiye erişim arasındaki fark nedir?

Üstünde Düşünelim:

7. Kişisel olarak hangi duyunuz öne çıkıyor; görsel, işitsel veya kinestetik?

18. Bölüm

İÇSEL GÖRÜ

İlk içsel görü deneyimim, bir sabah erkenden uyanıp yanımda yatmakta olan kocamın ense-
sindeki enteresan bir kas ve kemik yapısını ince-
lerken gerçekleşti. Bu kasların omurgaya bağla-
nışı bana çok ilginç gelmişti. Birden ne yaptığımı
fark ettim ve bu şekilde "görmeyi" kestim. O
gerçeklik düzeyine bir süre "dönemedim", hep-
sini uydurduğumu söyleyip duruyordum. Şüp-
hesiz, sonunda geri geldi. Bundan sonra, hastala-
rımın içini "görmeye" başladım. İlk başlarda o
kadar net değildi ama zamanla gelişti. Edindi-
ğim bu bilgiyi, hastaların kendisinden ve doktor-
lardan aldıklarım ile doğrulayabiliyordum.

Aslında içsel görü, röntgen ışınları ya da
nükleer manyetik rezonans (NMR) (Ülkemizde
MR ya da emar çekirmek diye kullanılmaktadır.
Ç.N.) tekniğinin insan versiyonudur. Bunu, vü-
cudun içine istenen (belli bir oranda) derinlikte
ve çözünürlükte bakabilme olarak tanımlayabili-
riz. Bu, bir şeyleri algılamamın yeni bir yoludur.
Eğer bir organı görmek istiyorsam, ona yoğunla-
şırım. Eğer bir organın içini ya da belirli bir kıs-
mını görmek istiyorsam, ona yoğunlaşırım. Gör-
mek istediğim bedendeki bir mikroorganizma
ise, ona yoğunlaşırım. Böylelikle, normal resim-
lere benzeyen resimler elde ederim. Örneğin,
normal ve sağlıklı bir karaciğer, tıpkı normal gö-
rüşteki gibi koyu kırmızı görünür. Sarılıktan
mustarip bir karaciğer hastalıklı bir sarı-kahve-
rengiye bürünmüştür. Kemoterapi geçirmiş ya
da geçirmekte olan hastanın karaciğeri yeşil-kah-
verengi bir renk almıştır. Mikroorganizmalar da
bir şekilde mikroskop altında oldukları gibi gö-
rünürlükler.

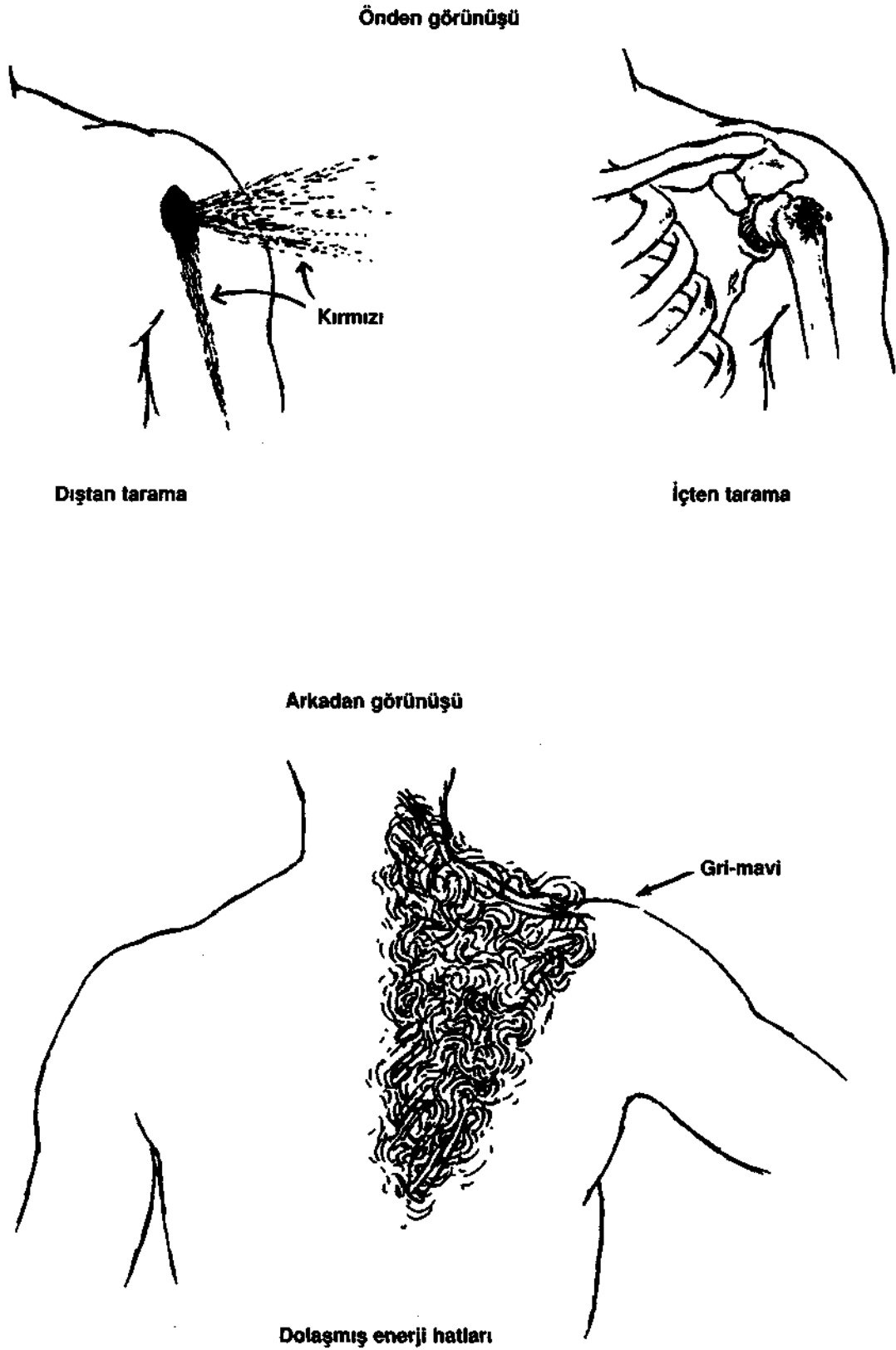
Başlangıçta kendiliğinden oluşan içsel görü-
mü, zamanla kontrol altına aldım. Bunu yapar-
ken özellikle açık bir halde olmam gerektiğini
anlamaya başladım; üçüncü gözüm (altıncı şak-
ra) aktif olmalı ve zihnimin geri kalan kısmı ise
tamamen durgun ve sakin halde kalmalıydı. Za-

manla bu durumu ortaya çıkaracak teknikler ge-
liştirdim; o zihinsel ya da duygusal hale girebil-
diğim her zaman bedenlerin içine bakabiliyor-
dum. Eğer yorgunsam bu kolay olmuyordu; in-
sanın yorgun olması odaklanmayı ve zihnin sa-
kinleşmesini engelliyor. Kişinin yorgun olması
da titreşim oranının artmasını engelliyor. Gör-
meyle ilgili özel bilgilerin alınması durumu ha-
riç, gözlerimin açık ya da kapalı olmasının fazla
bir şey değiştirmediklerini de anladım; hatta gözler
açıkken aldığım ek bilgilerin, sürece müdahale
ettiğini de gördüm. Bazen bu ek bilgi odaklan-
mayı olumlu etkiliyor, bazen de olumsuz. Örne-
ğin, bazen gözlerimi, bakmakta olduğum yere
zihnimin yoğunlaşmasında kullanıyorum. Bazen
de, farklı bilgilerin dikkatimi dağıtmasını önle-
mek için gözlerimi kapamayı tercih ediyorum.

İçsel Görü Örnekleri

Şekil 18-1'de içsel görü örneklerini görebilirsiniz.
Üst solda, ön dışsal aurik görüntüyü, üst sağda iç
görünüşünü, altta ise arka dışsal görünüşünü
bulacaksınız. Bir arkadaşım, buzda düşmüş ve
omzunu incitmişti. Onunla çalışırken, omzun ön
tarafında "aurik kanama" diyebileceğimiz enerji
kaybını gördüm. Trapez kası boyunca akan arka
enerji çizgilerinde ise dolaşıklık vardı ve tekrar
düzeltmesi gerekiyordu. Sağ elimi kanamayı
durdurmak için bir kapakmış gibi üstünde tut-
tum ve arkadaki karışıklığı tarayarak düzeltme-
ye çalıştım. Bunu yaparken, daha sonra varlığı
röntgen filmiyle doğrulanan pazı kemiğinin par-
çalanmış ucuna rastladım. Yarım saat süren bu
"kısa" seans sonunda aurik kanama durdu ve
dolaşıklık, kırılmış kemiğin daha hızlı iyileşme-
sine yardım etmesi için düzeltildi.

Bir başka örnek, Şekil 18-2'de gösteriliyor.
Bu da yaklaşık 7 cm çapında, bir tenis topu şek-



Şekil 18-1. İçsel Görüyle Görülen Omuz Hasarı

lindeki yumurtalık kistini göstermektedir. 3 Ocak tarihinde (Şekil 18-2A), koyu mavi ile gri karışımı bir rengi vardı. Kist bir doktor tarafından zaten teşhis edilmişti ama aurada koyu kırmızı bir renk oluşturan kasık iltihabı teşhis edilmemişti. 15 Ocak'ta (Şekil 18-2B) dört santime inmişti ve kasık iltihabı da teşhis edilmişti. 21 Ocak'ta (Şekil 18-2C) çapı iki santim olmuştu ama rengi koyulaşıyordu ve garip bir spiral yapıya bağlı olduğu görülüyordu. Hasta, sorunu ortadan kaldırmaya yönelik bir diyet programı uygulamaya başlamıştı (bu arada şifa uygulamıyor, sadece gözlem yapıyordum). 29 Ocak'ta (Şekil 18-2D) kist yeniden üç santimlik bir çapa ulaşmıştı ve bu da iyiye işaret değildi. 6 Şubat'ta (Şekil 18-2E) yine bir santimdi, 3 Mart'ta (Şekil 18-2F) tamamen yok olmuş haldeydi, yerine dengeli bir enerji yerleşmişti. Tüm bu gözlemler, doktorun kasık muayenesiyle yaptığı gözlemlerle uyumluydu.

21 Ocak'ta aurada oluşan renk koyulaşması nedeniyle, bu kadının antibiyotik almaya başlaması gerektiği konusunda doktoruyla aynı fikirdeydik. Bu tip uzun süreli (bu vakada üç yılı aşkındı) kasık bölgesi rahatsızlıkları, kanser belirtisi olarak sayıldığından, enfeksiyondan kurtularak kanseri önlemek istiyorduk. Hasta tedavi süresince arındırıcı bir diyet uygulamıştı. Antibiyotiklere gerek kalmadan da enfeksiyondan kurtulmuş olması mümkündü ama işi şansa bırakmak istemiyorduk. İçsel görüme göre kist neredeyse siyahtı. Erken safhalarında kanser, koyu gri-mavi bir renktedir. Geliştikçe, aurada siyaha dönüşür. Sonra, bu siyahlığın üzerinde beyaz noktalar belirir. Bu noktalar kıvılcımlaşır bir volkan gibi harekete başladığında durum ciddileşmiş demektir. Bu durumda da, kist, gerekenin yapılabilmesi için sadece bir diyetin etkili olmayabileceği kadar koyulaşmıştı.

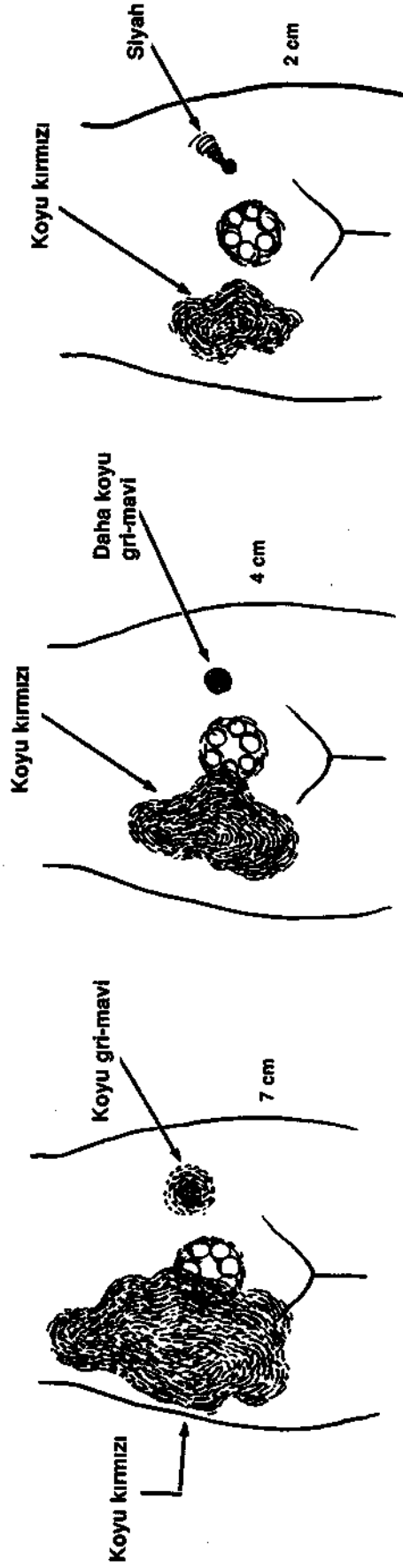
Şekil 18-3A, başka bir kasık bölgesi iltihabı vakasını gösteriyor; bir yumurtalık kisti ve fibroid tümörü. Gördüğünüz gibi, YDA ile kist, kırmızımsı kahverengi renkteki fibroid tümörden ayırt edilebiliyor.

Şekil 18-3B, uzaktan içsel görünümün kullanıldığı bir örneği göstermektedir. Sınıflarımın birinde, bir öğrencim, iki fibroidi olan bir arkadaşına şifa uygulayıp uygulayamayacağını sormuştu.

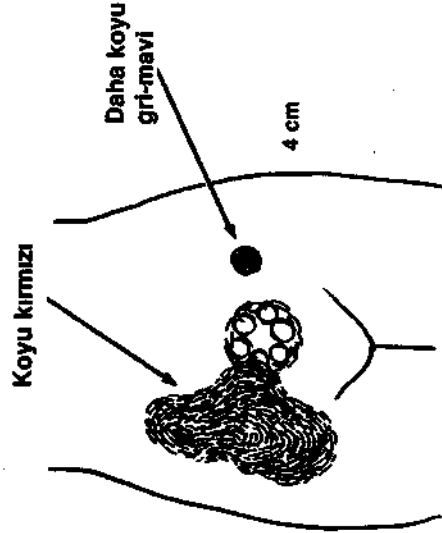
Arkadaşının kasık bölgesine uzak içsel görüş uyguladım ve bunu tahtaya çizdim. İki ay sonra şifaya başladığımızda, tedavi uygulayan doktorun bulgularıyla benimkinin tutarlı olduğu ortaya çıktı. Fibroidler kırmızımsı kahve renkteydiler. Sağdaki daha yukarıda ve rahmin dışındaydı, diğeri ise daha aşağıda ve kısmen rahmin içindeydi. Daha önce uzaktan göremediğim, fakat şifa sırasında gözlediğim şey ise ön ikinci şakrada bir kırık olduğuydu, bu durum, muhtemelen yumurtalığın sol kısmından alınan bir parça ile ilgiliydi. Bu şakra, yumurtalık alınmadan önce bozulmuş gibiydi, yani operasyondan önceki enfeksiyon sebebiyle. Eminim ki, bu operasyon şakrada daha çok travmaya neden olmuştu. Buna ek olarak, kadınlar yumurtalıkları alındığı zaman bu kısımdaki enerjilerini geri çekerler, çünkü bu kayıptan ötürü duygusal acı hissetmek istemezler. Bu da, vücudun bu bölgesinde doğal şifa sürecini engeller ve bu durum da ilerde daha ciddi olaylara başlangıç verir.

İçsel Görü ile Önceden Bilmek

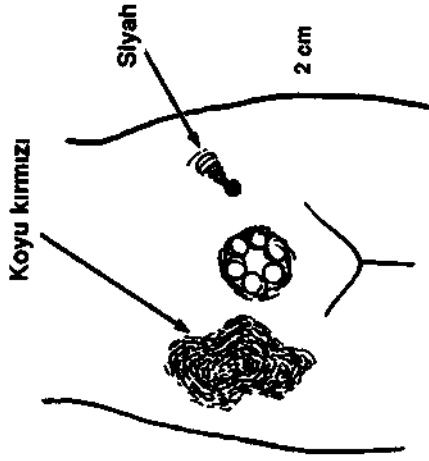
Önceden bilme, prekognisyon ya da ruhsal öğretmenlerden bir uyarı diyebileceğimiz şeyin bir örneğiyle, bir arkadaşımı ziyarete gittiğim bir gün karşılaştım. Bürosunda olmadığı, kalp krizi geçirmiş olabileceği ve şifa vermem gerektiği bana söylendiğinde, arkadaşımın bürosundan üç blok uzaktaydım. Bürosu kapalıydı; evine gittiğimde onu sol kolunun üzerine yatmış, acı çeker vaziyette buldum. Sabahını acil serviste, kardiyogramlar çektirerek geçirmişti. Şekil 18-4, içsel görünümün bana gösterdiği manzarayı göstermektedir. Boğaz ve solar pleksusunda duygusal acı ve korku var, kalp bölgesinde de durgunlaşmış enerji mevcut ve bu kalp şakrasının arka kısmı boyunca sızmakta. Göğüs vertebraı adı verilen on iki omurun beş numaralı olanı, sol tarafa kaymıştı. Bu omur, kalbe güç veren sinirlerle ilgili bir omur değildir ama kalp şakrasının kök kısmında konuşlanmıştır. Ayrıca kalbin hemen üzerindeki aortta (atardamarda) da zayıflama belirledim. Kalpteki durgunlaşmış enerjiyi temizleme çalışmalarımızda, arkadaşım, içindekini benimle paylaşarak ve ağlayarak boğaz ve solar pleksus



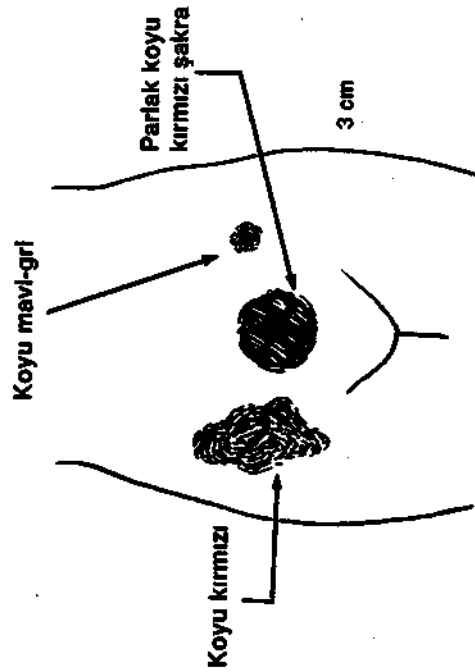
A. 3 Ocak



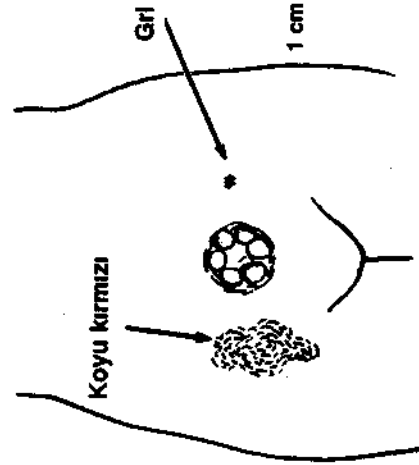
B. 15 Ocak



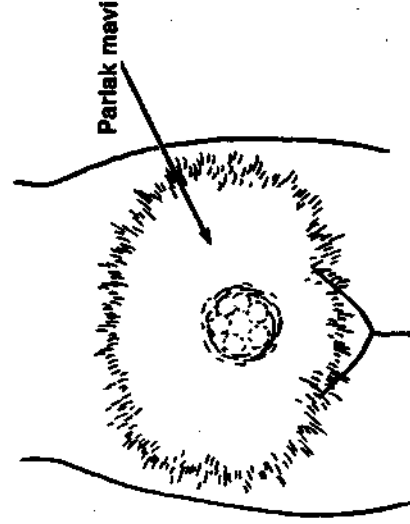
C. 21 Ocak



D. 29 Ocak

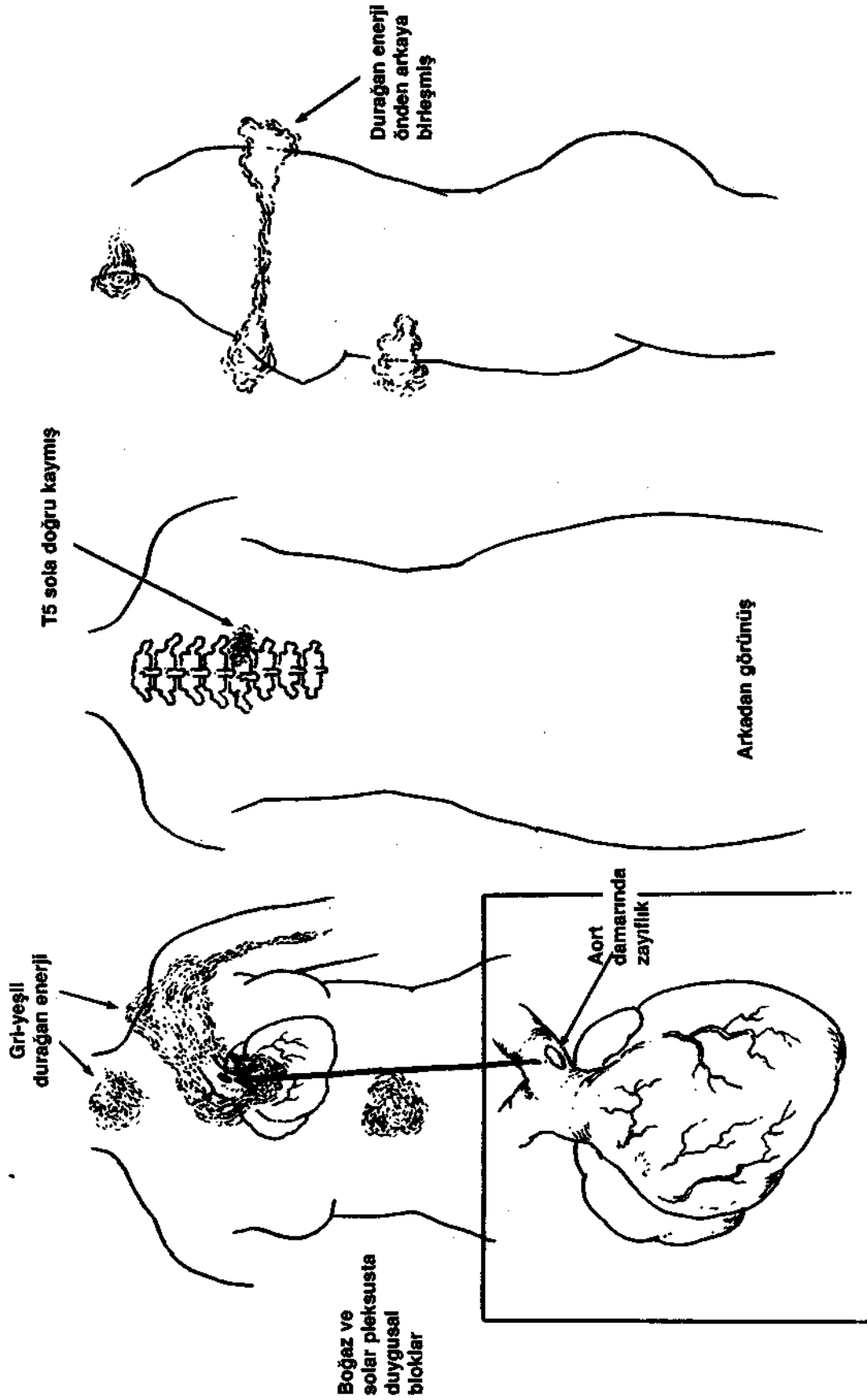


E. 6 Şubat



F. 3 Mart

Şekil 18-2. Kasık İltihabı ve Yumurtalık Kistinin İyileştirilmesi (İçsel Görü)



Şekil 18-4. Kalp Problemlerine İçsel Görüyle Bakış

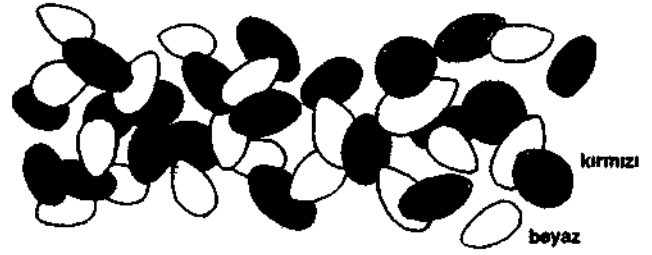
bölgelerindeki duygusal yükten kurtuldu. Koyu enerji temizlendi; beş numaralı omur olması gerektiği yere döndü. Arkadaşım kendini çok daha iyi hissediyordu. Aorttaki zayıflık ben giderken hala devam ediyordu, fakat o da zamanla temizlendi.

Mikroskopik İçsel Görü

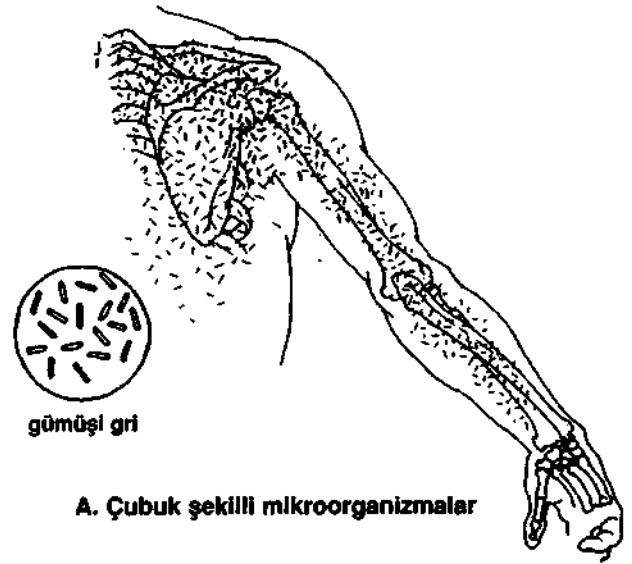
Bunun iki örneğini Şekil 18-5A ve B'de görebilirsiniz. Şekil 18-5A, cüzzam benzeri bir enfeksiyon teşhisi konan bir kişinin omuz/kol bölgesinde yerleşmiş çubuk şekilli organizmaları gösteriyor. Bu organizmaların kas ve kemiğe sızdıklarını gördüm. Şifaya başladığımızda, güçlü ve lavanta-gümüş karışımı renkli bir ışığın bedene aktığını ve enfeksiyonlu bölgeyi doldurduğunu gözledim. Bu ışık organizmanın daha hızlı oranda titreşmesini sağlıyordu. Adeta ışık onları yerlerinden söküyordu. Sonra enerji bunun etrafını sardı ve vücuttan dışarı emilmesini sağladı.

Kısaca AML diye bilinen akut meloblastik lösemiden mustarip Rose adındaki hasta kemoterapi görmekteydi; alyuvarlarını eziyormuş gibi görünen garip, düz, beyaz, tohum benzeri nesneler vardı (Şekil 18-5B). Bana gelmeden bir yıl kadar önce, birkaç doktor kadına muhtemelen birkaç haftalık ömrü kaldığını söylemişti. Bunun üzerine yoğun bir tedavi ve kemoterapiye başlanmıştı. Dediğine göre, iki haftalık ömrü kaldığı kendisine söylendiğinde, odada beyaz, altın gibi bir ışık görmüş ve ölmeyeceğini anlamış. Hastanede kaldığı süre boyunca aldığı her ilacın şişesinin üstüne, hatta kemoterapide kullanılanların şişelerine bile etiketler yapıştırıp üstüne "saf sevgi" yazmış. Moralini hep yüksek tutmuş ve kemoterapinin yan etkilerine maruz kalmamış. Durumu hafiflemeye başlamış.

Hastaneden taburcu olduktan sonra kemoterapisine devam edilirken, Pat Rodegast isimli bir arkadaşımın Emmanuel adlı bir rehber varlıktan tebliğler almaya başladılar. Emmanuel, Rose'a kemoterapiyi bırakmasını, bunun kendisini daha çok hasta edeceğini söylemişti. Doktorlar ise durumun ciddiyetini koruduğunu ve kemoterapiden vazgeçerse kısa zamanda öleceğini söylemişler. Karar vermesi zor olmuş ama Em-



B. Bir lösemi hastasının kanı

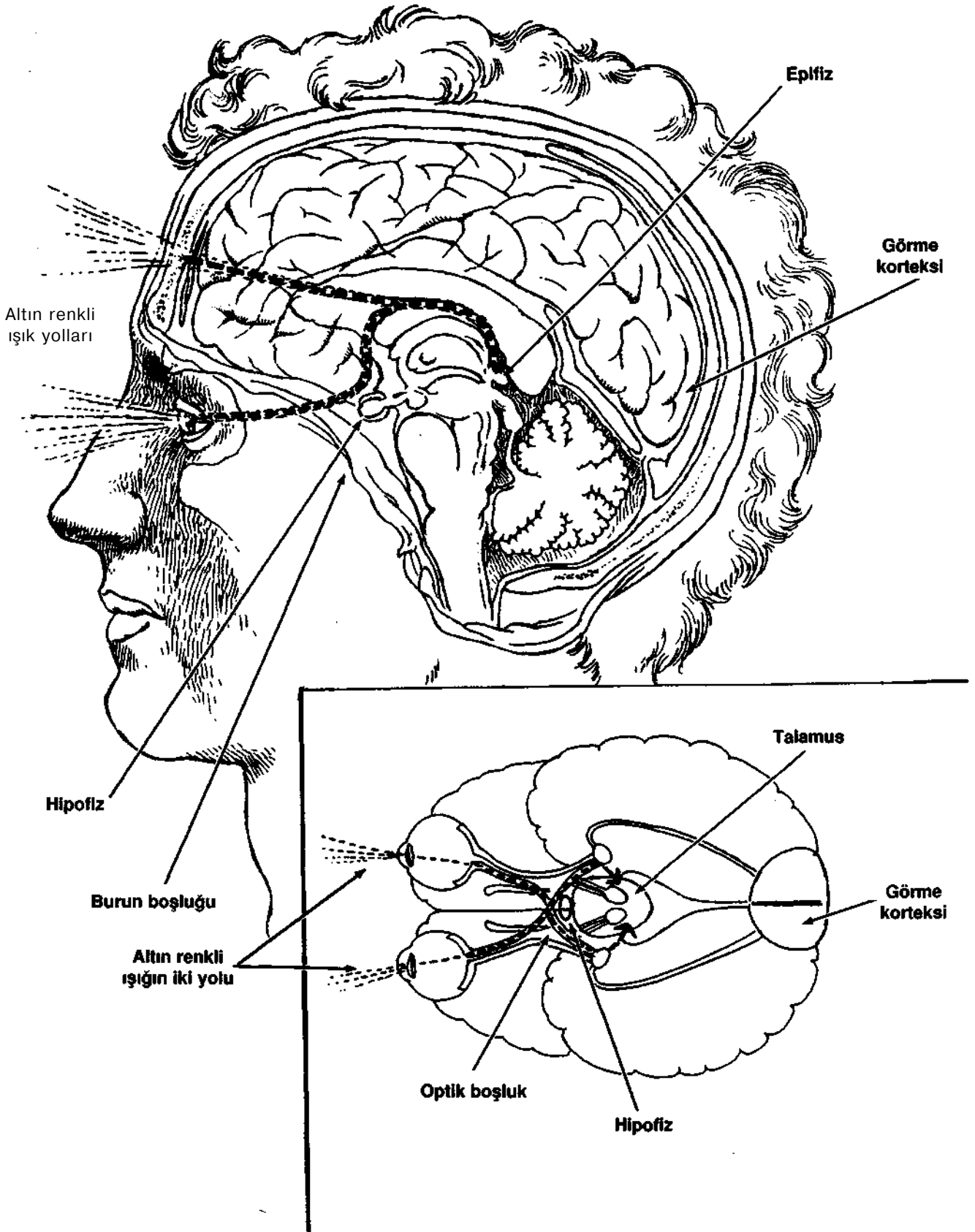


A. Çubuk şekilli mikroorganizmalar

Şekil 18-5. Mikroskopik İçsel Görü

manuel'i dinlemiş. İşte tam bu noktada bana gelmişti ve kanındaki tohuma benzeyen nesneleri görmüştüm. İlk şifa seansında, nesneler bahsettiğim lavanta-gümüş rengi ışıkla gevşemeye ve sonra da bu ışık tarafından emilmeye başlamışlardı. Bir sonraki kan testi, tedavinin başından beri ilk defa kanın durumunun normal olduğunu göstermekteydi.

Onun şifa bulma sürecindeki ana araç ben olmadım; benim rolüm, kanın temizlenmesine destek olmaktı. İçsel görüm sayesinde kanının artık normal olduğunu görebiliyordum. Bu, kan testleriyle de onaylandıktan sonra artık desteğime ihtiyaç kalmadığına karar verdik. Bu durumu bir hakikat olarak kabul edip alışması kolay olmadı ve hala desteğe gereksiniyordu, çünkü doktorlar sürekli olarak kemoterapiyi bırakırsa öleceğini söylüyorlardı ve kadın da doğal olarak



Şekil 18-6. İçsel Görünün Anatomisi

korkuyordu. Burada tıp doktorlarını eleştirmiyorum; onlar hastanın hayatını kurtarmak için ellerinden geleni yapmaya çalışıyorlardı. Fakat bu vakada farkında olmadıkları başka bazı etmenler vardı. Ben, şifacı olarak bu bilgiye erişebiliyordum. Onlar bunu yapamıyorlardı. Bence bu da tıp doktorları ile şifacıların ortaklık kurması gereğinin bir örneğidir. Şifa sürecinde birbirimize yardım edebileceğimiz noktalar var.

İçsel Görü Süreci

Bu tür bir görünümün nasıl işlediğine dair bazı açıklamalarım var. İçsel ya da röntgen ışını diyebileceğimiz görüşle, vücuda giren ışık yolunu gördüm. Gördüğüm şeydu: Işık, üçüncü göz ve fiziksel gözlerden girer ve Şekil 18-6'da görülebileceği gibi optik sinirler boyunca akar. Işık, optik çaprazdan (kiyazmadan) geçer ve optik çaprazın tam arkasındaki hipofize gelir. Derken ışık iki yoldan akar. Bir yol, normal görüş için okipital loblara gider, diğeri de okülomotor kontrolü için talamusa girer. Bazı nefes alma ve meditasyon teknikleri ile kişi hipofizi titreşecek ve altın rengi (eğer kişi aşıksa bu gül pembesi de olabilir) aurik ışıklar saçacak şekilde hareketlendirebilir. Bu titreşim ve altın rengi ışık, talamus sahasına gelen ışığı da artırır. Benim görüşüme göre, bu aurik ışık beyin büyük bileşiğinin (korpus kallosumun) dibine doğru bir kavisle, içsel görü için dedektör görevi gören kozalaklı beze doğru yönlenebilir. Havayı boğazın üst arka tarafını ve hipofiz bezinin diğer tarafında yer alan damağı törpüleyecek şekilde kontrollü nefes tekniğiyle kullanınca, hipofizi bu titreşime uydurabiliriz. Bu meditatif soluma çalışması, aynı zamanda zihni odaklayıp sakin tutmaya da yardım eder. Altın rengi ışığı dipten başlayarak omurgam boyunca çıkartırken gül pembesi ışık da ön tarafta yükselir. Bu ikisi talamus bölgesinde birbirlerini kesen bir kavis çizerler. Bu da alın merkezine ve beynin merkezine daha çok enerji getirir. Bu his, bir şeylerin (enerji, bilgi) başın üçüncü göz bölgesine girişine izin verir. Bu görüş türü, hücrel ve hatta virüs boyutunda, istenen derinlikte ve çözünürlükte bakabilmeyi sağlar.

Ben, kafamın içinde bir tarayıcı olduğunu

düşünüyorum. Bu tarayıcı, üçüncü gözümün beş santim arkasında, üçüncü gözümünden çıkan ve arkaya giden düz bir çizgiyle şakaklarımın arasından geçen bir çizginin kesiştiği noktada yerleşmiş durumda. Burası, o tarayıcının tam ortasından geçiyor. Bu noktadan, başımı oynatmadan istediğim yöne bakabilirim; ancak genelde taradığım şey her ne ise ona doğrudan bakmak bana kolaylık sağlıyor.

Bana bir hasta geldiğinde, ilgilenilecek alanları anlamak için tüm vücudu kabaca tanyorum. İlgi gösterilmesi gereken alanları belirliyorum. Daha sonra o bölgeye yoğunlaşıp daha ayrıntılı çözünürlükte taram. Bazı durumlarda elimi bu kısım üzerine koyuyorum. Bu şekilde daha rahat görebildiğim durumlar oluyor.

Bazen de farklı bir metot kullanıyorum. Sorunun ne olduğuna dair bir resim istiyorum ve daha sonra durumun zihinsel bir portresini kafamda çiziyorum.

Egzersiz: İçsel Görüyü Oluşturmak

1. Beden içinde yolculuk

İçsel görüyü öğrenme uygulaması yapmanın en iyi yolu, beden içinde yolculuk denilen tekniği de içeren derin rahatlatma teknikleridir.

Önce, sizi sıkmayan, rahat giysilerle bir yatağa uzanın. Derin bir nefes alın ve rahatlayın. Bunu tekrarlayın. Şimdi, tekrar derin bir nefes alın ve bedeninizi mümkün olduğunca sıkın. Nefesinizi tutun, sonra bırakın ve tüm gerilimi bedeninizden atın. Bunu tekrar yapın. Şimdi bedeninizi yine sıkın ama tüm vücudunuzda eşit olacak şekilde bir öncekinin yarısı kadar gerginleştirin. Sonra nefesinizi bırakın ve rahatlayın.

Şimdi, tekrar nefes alın ve olabildiğince rahatlayın. Bunu, bedeninizi kasmadan üç kez tekrarlayın. Gerilimin adeta koyu bir bal gibi vücudunuzdan uzandığınız yüzeye sızdığını gözünüzün önüne getirin. Kalbinizin atışı rahat, sakin bir ritme kavuşsun.

Şimdi, kendinizi minnacık bir ışık noktası olarak hissedin ve istediğiniz yerden vücudunuzun içine girin. Küçük ışık beniniz sol omzunuza aksın ve omzunuzu tüm gerilimden kurtarsın. Sonra sol kolunuza ve elinize geçerek hafif bir sı-

caklık, his ve enerji bıraksın. Şimdi sol eliniz ağırlaştı ve ısındı.

Şimdi de küçük ışık beniniz sol bacağına inerek tüm gerilimi yok etsin, oradan sağ bacağına ve kolunuza geçsin. Bedeninizi bu şekilde keşfediyorsunuz. Tüm bedeniniz ağır ve sıcak. Kalbinize girin ve kanın bedeninize pompalanışını izleyin. Sistem iyi çalışıyor mu? Sağlıklı görünüyor mu? Şimdi akciğerlere yol alın ve akciğerlerinizin dokusuna bakın. Sindirim organlarınıza doğru yol alın. Ağız, yemek borusu, mideye, yani yiyeceğin izlediği yola bakın. Nasıl görünüyor? Yeterli enerji alıyor mu? Sindirim enzimleri dengeli mi? Şimdi ince ve sonra da kalın bağırsaklara gidin. Her şey yolunda mı? Karaciğer, pankreas, dalak; hepsi iyi işliyor mu? Cinsel organlar? Hak ettikleri ilgiyi görüyorlar mı?

Vücudunuzda ilgilendiğiniz bölgeye, küçük ışık beninizi sevgi ve enerjiyle gönderin. Bu bölgeye iyi bakın. Eğer yolunda gitmeyen ya da eksik bir şey varsa, onu yoluna koyun. Temizlenmeye ihtiyacı varsa, temizleyin. Enerjiye ihtiyacı varsa, enerji yolların.

Bedeninizi keşfettikten ve ona gerekli ilgiyi gösterdikten sonra çıkın ve kendi benliğinize dönün.

Bu kendi kendine keşif türünü, istediğiniz zaman kullanabilirsiniz.

Normal farkındalık düzeyine döndüğünüzde, hala rahat, güvenli ve farkında olmayı sürdürün. Kendi bedeninizi taramış oldunuz.

2. Bir arkadaşı taramak

Karşınıza bir arkadaşınızı oturtun. Biriniz gözlemci, biriniz de gözlenen olacak. Zihinlerinizi sakinleştirmek için meditasyon yapın. Kendinizi nazıkçe, zorlamadan arkadaşınız üzerinde yoğunlaştırın. Gözlerinizi kapatın. Kendi bedeninizde dolaşırken neler hissettiğinizi hatırlayın. Şimdi de aynı şeyi arkadaşınızın bedeninde yapacaksınız. Bu biraz farklı olacak, çünkü bu kez dışarıdan başka bir bedeni tarıyorsunuz.

Önce, sizi cezbeden bölgeyi saptamak için genel bir tarama yapın. Başlangıçta ellerinizi kullanabilirsiniz ama arkadaşınıza dokunmayın. Sonraları, bu egzersizi ellerinizi kullanmadan deneyin. Üstünde çalışacağınız bölgeye sezgisel olarak çekildiğinizde, oraya yoğunlaşın. Bölge-

deki organlara konsantre olun. Gördüğünüze inanın. İlk elde ettiğiniz, bir renk, doku, his ya da belirsizlik olabilir ama resimlerin kafanızda canlanmasına izin verin.

Aradığınızı bulduğunuza inandığınız zaman, başka bir bölgeye çekilmeyi bekleyin ve yaptıklarınızı tekrarlayın. Eğer başka bir bölgeye geçemiyorsanız, tüm bedeni tarayın.

Bedeni alan alan ele alarak da tarayabilir ya da anatomi bilginize dayanarak (eğer şifacı olmayı planlıyorsanız bunu bilmeniz gerekir) vücut sistemlerini tarayabilirsiniz. Ne gördüğünüzü kafanıza not edin.

Keşfinizi bitirdiğiniz zaman kendinize geri dönün ve gözlerinizi açın.

Elde ettiğiniz bilgileri arkadaşınızla paylaşın, onun bildikleri ile ne derecede uyuyor? Ne kadar uyumuyor? Neden uyumadığını açıklayabilir misiniz? Belki bunun cevabı, varsayımlarınızdır. Belki sorun sizin vücudunuzdadır. Belki de siz doğru bilgi edindiniz ama arkadaşınız "gördüğünüz" durum hakkında bir şey bilmemektedir. Sonra rolleri değiştirin ve aynı şeyleri birbiriniz için yapın. Onun işini kolaylaştırmak için kendinizi pasif tutun.

3. Üçüncü göz tarayıcısını açmak için meditasyon
Öğretmenlerimden biri olan vaiz C.B.'den öğrendiğim bir örneği vermek istiyorum. Sırtüstü yatın ya da sırtınızı düz bir yere dayayın. Rahat olmaya dikkat edin. Burnunuzdan derin bir nefes alın. Önce karnınızın alt kısmını, sonra göğsünüzün orta kısmını, sonra da göğsünüzün üst kısmını havayla doldurun. Sonra ağzınızı açabildiğiniz kadar açın. Dilinizin arka tarafını, havanın sadece üst damağı yalayarak geçecek ve törpü sesi şekilde çıkmasına izin verecek biçimde boğazınıza yapıştırın. Bundan dolayı çıkacak sese dikkat edin, gargara yapar gibi değil, net olmalıdır. Olabildiğince boğazın arka kısmından bu törpülenme sesini çıkartmaya çalışın. Başınızı arkaya savurmayın, dik tutun. Yine alt karından göğse doğru havayı yavaş yavaş boşaltın. Nefes alıp rahatlayın, hareketi tekrarlayın. Bu egzersizi rahatça yapar hale gelince, şu imgelemeyi de egzersize dahil edin:

Nefes bedeninizi terk ettikçe, kasık bölgesinin arkasından başlayan ve omurgadan yukarı

çıkarak beynin merkezine giden altın rengi ışık demetini zihninizde canlandırın. Törpü sesli nefes egzersizini üç kez tekrarlayın. Şimdi beden ön kısmında odaklanın. Işık akıntısı beden önünde gül pembesi bir renk alır. Törpü sesli nefes egzersizini üç kez tekrarlayın. İki ışık demetinin kavis çizerek beyin merkezine girdiğini imgeleyin.

Bu egzersizi öğrendiğinizde, vücudunuzun önü veya arkası için üç ya da dörtten fazla tekrarlıyorsanız başınız dönebilir. Bu son egzersize son derece saygılı yaklaşın çünkü çok güçlü bir potansiyeli vardır. Her şeyi yavaş yavaş yapın. Gelişiminizi organik olmayan bir biçimde hızlandırmaya kalkışmayın. Bu, (çoğumuz böyle olmasını istesek de) işe yaramaz.

Çoğu zaman, bir şifa seansı sırasında titreşim ve enerjimi artırmak için hızlı nefes alma egzersizi uyguluyorum ve böylece aurayı daha iyi gözlemleyebiliyorum; auranın daha yüksek katmanlarını görebiliyor ve alanım sayesinde daha yüksek frekansları iletebiliyorum. Bunu yapmak için, havayı boğazımın arka üst kısmına, burundan kısa ve hızlı soluklarla alarak törpüleme sesi çıkartıyorum. Bu egzersizi pek çok defalar yaptığımdan, benim için artık zor değil. Bazen uzun, düzenli, eşit soluklar alıp veriyorum, havayı boğazımın arkasına çekiyor ve zihnimi temizleyip enerji alanımı dengeliyorum. Buna da genizden törpü sesli nefes tekniği adını verdim.

Yüksek Duyusal Görüş, Yüksek Duyusal İşitmeyle beraber kullanılınca, alınan bilgi daha yararlı hale gelir.

Hastalığın Nedenini Bulmak: Zamanda Geri Gitmek

Belirli hastalıkların nedenlerini "okumayı" zamanla öğrendim. Bu, iki tekniğin birleşimini içeriyor. İlki, normal hafızamızı canlandırmakla ilgili. Mesela, daha genç olduğunuz bir zamanı düşünmek. Belirli bir yaşı seçin veya yaşamış olduğunuz bir yeri düşünün ve hatırlayın. Şimdi daha geriye gidin. Hafızanızı uyandırmak için nasıl bir içsel süreç uyguladınız? Nasıl hissetti-

niz? Ben geçmişime dair bir şey hatırladığımda, zihnimi belirli bir şekilde kullanırım. Hatıraları hisler, resimler ya da sesler olarak ele alırım. "Zamanda geri gitmek" zor değildir, bunu hepimiz yaparız. Çoğumuz bunu, başkaları için değil sadece kendimiz için yapabileceğimize inanırız. Fakat bu sınırlı bir inanıştır. Bunun içsel bir süreç olduğunu anladım, yani zamanda geri gitme, bir hastalığın sebebini "okumak" için kullanılabilir.

İkinci teknik kinestetik bağlantı ve içsel görünümün birlikte kullanılmasıdır. Önce, söz konusu vücut parçasını kinestetik duyum ile bağdaştırırım. Sonra problemli bölgenin o anki durumunun resmini kafamda oluştururum. Bağlantıyı kurduktan sonra zamanda geri giderim, geçmiş okurum ve bu vücut parçasının tarihçesine tanıklık ederim. Bunu yaparken, problemin sebebini görürüm. Örneğin, hastanın yaşamının daha önceki bir döneminde gerçekleşmiş bir travma bunu yaratmış olabilir. Sonra, eğer gerekirse daha geriye giderim ve böyle devam ederim. Daha ciddi hastalıkların birden fazla travmadan kaynaklanma olasılıkları vardır. Bunu anlamak için mümkün olduğunca, ta ki bu olayı başlatan ilk travmayı bulduğumuzdan emin olana kadar geri gitmek gerekir.

Hatırlayalım:

1. İçsel görüşle neler görülebilir? Bedeninizin neresini görebilirsiniz? Ne kadar derine inebilirsiniz?
2. İçsel görüşle ne büyüklükteki nesneler görülebilir?
3. İçsel görüş uzaktan da gerçekleştirilebilir mi?
4. İçsel görüşü öğrenmeye yarayan üç egzersizi açıklayın.
5. İçsel görüş için hangi endokrin bezi algılayıcı görevini görmektedir?

Üstünde Düşünelim:

6. Görselleştirme ile algılama arasındaki fark nedir?

19. Bölüm

YÜKSEK İŞİTSEL ALGILAMA ve RUHSAL ÖĞRETMENLERLE İLETİŞİM

İşitsel olarak bilgi alışım, başlangıçta geneldi ve zamanla daha spesifik hale geldi. Örneğin, şifa seansına gelen hasta için sevgi ve güvene dair sözcükler işitiyordum. Daha sonra bu bilgi daha spesifik hale gelerek isimler, hastanın geçirmiş olduğu hastalıklar, alması ve uygulaması gereken diyetler, ilaçlar, tedaviler şeklini almaya başladı. Bu sözlü talimatları izleyemeyi seçenler, iyileşmektedir.

Bildiğim en iyi Yüksek İşitsel Algılama geliştirme yolu, rehberlik almaktır. Kağıt ve kalem alın, rahat bir meditatif hal içinde olun, kendinizi merkezleyin ve şuurunuzu yükseltmeye çalışın. Zihninizde mümkün olduğunca açık şekilde bir soru formüle edin. Şimdi, cevap ne olursa olsun gerçeği bilmek istemeye odaklanmanız gerek. Soruyu kağıdın üzerine yazın. Kağıt ve kalemi uzanabileceğiniz bir uzaklığa yerleştirin. Zihninizi odaklayın ve sakinleştirin. Gelecek cevabı beklemeye başlayın. Sessizlik çok önemli, bir süre sonra bir cevap almaya başlayacaksınız. Cevap bir resim, his, genel kavram, söz ya da koku formunda gelebilir. Ne olursa olsun cevabı kağıda yazın. Soruyla ilgisiz olduğunu düşünebilirsiniz fakat yine de yazmayı sürdürün. Bilginin geliş biçimi değişkenlik gösterecektir. Siz yine de yazmaya devam edin. Yazma, gelen bilgiyi seslere yönlendirecektir. O zaman, size gelen sözleri doğrudan işitmek üzerine yoğunlaşın. Bunun için çalışmanız gerekir. Gelen her şeyi yazın. Hiçbir şeyi atlamayın. Yazmayı bitirdikten sonra, kağıdı en azından dört saat bir kenara koyun. Daha sonra, gidip yazmış olduklarınızı okuyun. Oldukça ilginç bulacaksınız. Bu iş için bir defter edinmeniz daha iyi olur.

Ben bunu üç ay boyunca her gündeğümün da yaptıktan sonra, sözlü bilgi artık yazamayacağım kadar hızlı gelir oldu. Ses, bir daktilo alma-

mı önerdi. Kısa süre sonra yeterince hızlı yazamaz oldum. Ses bir kayıt cihazı almamı önerdi. Aldım. Önceleri, gelen sözcükleri yazmayıp yüksek sesle tekrarlamak bir garip oldu. Sesim, sü-kunet halimi bozuyordu. Pratik yaptıkça, zamanla bu da halloldu. Sonraki adım, bunu bir başkası için, bir topluluğun önünde yapmaktı. Bu oldukça utanç vericiydi, konuşma medyumluğunun işleyiş biçimi, kanal olan kişinin söyle-necek cümlelerin sadece ilk birkaç kelimesini duyabilmesi şeklindedir. Bir cümlemin başlangıcından sonra, bilinmeyen geri kalanının akıp çıkmasına izin vermek bir hayli iman gerektiriyordu.

Bilgiye sözel olarak erişme deneyimi, kaçınılmaz olarak şu soruyu akla getiriyor: "Konuşan kimdir?" Bir ses duyduğum kesin. Bu, benim uydurduğum bir şey mi, yoksa başka bir kaynak mı var? Bunu cevaplamanın en iyi yolu sese sormaktı ve ben de bunu yaptım. Dedi ki: "Benim adım Heyoan, senin ruhsal rehberimim."

Heyoan ne anlama geliyordu?

"Yüzyıllar boyunca doğruyu fısıldayan rüz-gar."

Nereden geliyordu?

"Kenya."

Daha önce de ruhlar ve ruhsal koruyuculara dair görüntüler gördüğüm doğruydu ama onları vizyonlar sınıfına sokmuştum. Şimdiyse, benimle konuşuyorlardı. Kısa süre sonra onlara doku-nabilecek ve bazen onları odanın içinde gördüğümde muhteşem güzel bir koku algılayabilecektim. Bu mecazi bir durum muydu, yoksa gerçek mi? Kişisel gerçekliğimin tamamı bana duyularım vasıtasıyla ulaşıyordu ve şimdi bu duyuların sınırları genişlediğinden, daha geniş bir gerçeklikle karşı karşıyaydım. Genişlemiş duyu-sal algılamaya sahip olan başka kişiler de bunu deneyimliyorlardı. Bu, benim için gerçekti. Buna

ancak kendi deneyimlerinle karar verebilirsiniz.

Bir rehberden bilgi almanın farkı, sizden daha bilgili ve gelişmiş bir varlıktan size bilgi vermesini istemekten ibarettir. Gelen bilgi, sizin normal anlayışınızın ötesinde olabilir ama bilginin gelmesine izin verdikçe, zamanla bunu anlayacak hale de gelirsiniz. Bir ruhsal rehberle kanal olarak alınan bilgi, doğrusal zihnin algılayabileceğinin ötesindedir ve insanlara çok derinden temas eder; insani sınırlamaların ötesindeki ruhsal yanımıza ulaşır. Genellikle, bir okumanın başlangıcında ilk önce rehberim Heyoan konuşur. Bu, benim doğrudan pasif erişimde olduğum anlamına gelir. Belirli bir noktada, Heyoan işleri daha da netleştirmek için hastanın sorular sormasını ister. Bunun en iyi sıralama olduğunu düşünüyorum çünkü ruhsal rehberler problemin tam olarak nerede olduğunu bizden daha iyi bilirler. Kişinin savunmasının ardına geçer ve konunun kalbine inerler. Dolayısıyla, Heyoan bir okumaya başladığında, bize yardım etmek için bekleyen daha derindeki bilgilere ulaşmak için zaman kaybetmeye gerek kalmaz.

Okumalar sırasında ben de Heyoan'a sorular sorarım. Bunu genelde sessizce yaparım. Sorduğum sorular konunun genel tanımına ya da bedeninin bir kısmının özel rahatsızlığına dair olabilir. "Bu kanser mi?" gibi sorular bile soruyorum. Genellikle açık cevaplar verir, özellikle cevabın ne olacağına dair huzursuzluk hissediyorsam. Bu durumda gelen bilgiyi engellemiş olurum ve tekrar odaklanmam gerekir. Şimdi, sıra sizin denemenize geldi.

Egzersiz: Ruhsal Rehberlik Almak

Sırtınızı bir yere dayayarak meditasyon pozisyonunda oturun, fakat beliniz civarında biraz boşluk bırakın. Bir sandalyeye oturabilirsiniz ya da bir minder üzerinde yoga pozisyonu alabilirsiniz. Sonuçta rahat olmanız önemli.

1. Kinestetik tip iseniz, gözlerinizi kapatın ve yavaşça nefes alıp vermeye başlayın. Arada bir kendinize, "Merkezlenmek için nefesimi izliyorum." diye tekrarlamanız iyi olacaktır. Zihin gö-

zü ile, nefesin bedene girişi ve merkeze ilerleyişini izleyin. Duyularınız yükselebilir, vücudunuzdaki enerji akışını izlemeye başlamayı isteyebilirsiniz.

2. Görsel tip iseniz, omurganız boyunca uzanan ve auranın ana güç akımını ileten altın renkli bir boru hayal edin. Başınızın üzerinde de bir beyaz-altın rengi top olduğunu imgeleyin. Siz sakince nefes aldıkça, bu topun yavaşça borunun içine batarak solar pleksustaki merkeze doğru ilerlediğini imgeleyin. Böylece, altın rengi topun solar pleksusunuzda güneş gibi doğduğunu görebilirsiniz.

Bu altın rengi topun solar pleksusunuzda güneş gibi büyümesini isteyebilirsiniz. Önce vücudunuzu altın renkli bir ışıkla doldurmasına izin verin. Sonra da içinde bulunduğunuz oda bu ışıkla dolsun. Eğer bir grupta meditasyon yapıyorsanız, onların altın renkli toplarının da genişleyerek odayı dolduran altın renkli bir halka oluşturduğunu görürsünüz. Genişlesin, odayı aşsın, kasabaya, şehre, kıtaya, dünyaya ve ötesine yayılsın. Bunu yavaş yavaş yapın, şuurunuzun bu ışıkla dünyayı aşip aya ve yıldızlara ulaşmasına izin verin. Bütün evreni bu ışıkla doldurun. Kendinizi bu evrenin ve dolayısıyla Tanrı'nın da bir parçası olarak görün.

Şimdi de ışığı adım adım dışarı gönderdiğiniz gibi adım adım geri çekin. Varlığınızı evrendeki tüm ışık ve bilgiyle doldurun. Bunu yavaş yavaş yapmaya dikkat edin. Aurik alanınızın dolduğunu hissedin. Böylece, alanınıza Tanrı ile birlikte olduğunuz bilgisini de geri getirmiş oldunuz.

3. İşitsel tip iseniz, tüm meditasyon için bir mantra kullanabilirsiniz. Mantra için kutsal bir isim de kullanabilirsiniz; Om, Sat-Nam ya da sizin için bütünsel anlamı olan kısa bir onaylama cümlesi ya da bir nota da kullanabilirsiniz. Bazı günler yoğunlaşmak zor olduğunda tüm bunları birlikte kullandığım oluyor. Bir başka gün ise tek gereksindiğim mantra oluyor.

Bu sessiz kendi kendine kabul eden hale girebilmek ve duyarlılığınızı daha çok artırmak için kullanabileceğiniz meditasyonları, Jack Schwarz'ın *Voluntary Controls* (Maksatlı Kontrol-

ler) adlı kitabında bulabilirsiniz; okumanızı öneririm. Bu kitapta, Batılı zihinler için tasarlanmış pek çok egzersiz bulabilirsiniz.

Şimdi odaklandığınıza ve zihninizi sakinleştirdiğinize göre, ruhsal rehberlik almak üzere oturmaya hazırsınız demektir.

Rehberlik Almak için Ruhsal Öğretmenlere Kanal Olmak

Her bir kişinin kendisine birçok hayatlar boyu yol gösterecek birkaç ruhsal rehberi vardır. Buna ek olarak, kişinin belirli bir öğrenme dönemince kalan ve o belirli öğreti için seçilmiş olan rehber öğretmenleri de vardır. Örneğin, eğer sanatçı olmayı öğreniyorsanız, çevrenizde size ilham vermek için bulunan birkaç rehberiniz var, demektir. Yaratıcılık içeren hangi işle ilgileniyor olursanız olun, ruhsal dünyada bu işle ilgili rehberlerin size ilham kaynağı olduklarına eminim; o dünyada formlar, bizim bu dünyada yaratabileceğimizden daha mükemmel ve güzeldir.

Rehberinizle temasa geçmek için sessiz bir şekilde oturun ve Tanrı ile birlikte olduğunuzu düşünün, varlığınızın her parçasında tanrısal bir kıvılcımın mevcut olduğunu ve mutlak bir güvenlik içinde olduğunuzu hissedin. Bu tutum, sizi daha sessiz bir düzeye taşır ve işitmenizi sağlar.

Genelde, rehberlik almak için yükselmiş bir hale girerken aşağıdaki içsel deneyimleri yaşıyorum.

Bir heyecan duyarım çünkü ışık ve sevgiyle dolu bir rehberin mevcudiyetini duyumsarım. Sonra üstümdeki beyaz ışık demetini fark ederim ve kendimi ona doğru yükseltirim (bunu, zihnimde canlandırdığım da söylenebilir). Pembe sevgi bulutunu fark ettiğimde, heyecanım giderek hafifler, kendimi sevgi ve güvenle dolu hissederim. Sonra kendimi daha genişlemiş bir şuur haline yükselmiş hissederim. Bu noktada bedenim birtakım ayarlamalar yapar; kasık bölgesi (öne doğru bir pozisyonda) kıvrılır, sırtım daha çok dikleşir. Boğaz şakramın açılmasına yardım etmek için elimde olmadan esnerim (bu, ruhsal rehberler sayesinde duyduğumuz şakradır).

Daha fazla yükseldikçe, adeta kutsal bir dinginliğe girerim. Derken ruhsal rehberleri hem görmeye hem de duymaya başlarım. Okumanın başlarında yükselmeye devam ederim. Genelde bana rehberlik eden üç rehber öğretmenim vardır. Benden yardım istemek için gelen hastaların da genelde onlara eşlik eden kendi rehber veya rehberleri vardır.

Rehberlerle bağlantıda olduğunuzu doğrulayan şey; ışık, sevgi ve dinginlik deneyimidir. Eğer kanallaşmaya gayret ederken bunları duyumsamıyorsanız, muhtemelen rehberlerinizle bağlantı kuramadınız, demektir.

Rehberler, sizinle iletişim kurarken mümkün olan en basit formu kullanırlar. Bu genel bir kavram, doğrudan sözcükler ya da geçmiş deneyimler ya da geçmiş hayatlara dair sembolik bir resim halinde olabilir. Eğer bir iletişim formu size ulaşmıyorsa ya da aktarılandan ötürü korkmaya başlamışsanız, rehberler bunu değiştirecek ve konuya başka bir açıdan başka bir yaklaşım biçimiyle değineceklerdir. Örneğin, gelen sözlerdeki belli bir anlamdan korktuysam ya da birisi hayli tartışmalı bir soru sorduysa, o içsel huzur ve uyum mekanından “kaçarım” ve artık rehberin söylediklerini işitemez hale gelirim. Tekrar sakinleşmem ve o mekanı bulmam birkaç dakikamı alır. Eğer sözcükleri tekrar yakalayamazsam, rehberler muhtemelen benim kendi sözcüklerimle anlamlandırabileceğim genel kavramlar yollar. Bu, onların sözcükleriyle kaynaşır ve “tekrar hatta dönerim”. Bu da olmazsa, tarif etmeye başladığım bir resim verirler ve ben de hastadan bu resmin sembollerini kendisi için çözme-ye yardımcı olmasını isteyebilirim.

Sözel kanallaşma deneyimim şöyle oluşur: Bağdaş kurup otururum; avuç içlerim baldırlarıma dönüktür. Önce kendimi merkezlerim. Bu, kinestetik olarak vücuduma demir attığım anlamına gelir. Vücudumun alt yarısında güçlü bir enerji oluşumu başlar. Bu temel oluşunca, kinestetik olarak şuurumun yukarı, ışığa doğru yükseldiğini hisseder ve zihin gözümde de canlandırırım. Bunu yaparken avuç içlerimi döndürüp açarım. Yükselişimdeki belirli bir noktada, rehberimle temas kurulmuş olur. Bunu yine kinestetik olarak hissederim. Sağ omzumun arkasında rehberimi görürüm ve ilk sözleri o yönden işit-

meye başlarım. Ben ve rehberim başlamaya hazır olunca, ellerimi kaldırır ve parmak uçlarımı solar pleksusum ya da kalbimin önünde birleştiririm. Bu, enerji alanımı dengeler ve yüksekte kalmasını sağlar. Genizden törpü sesli nefes tekniği de ayrıca yardımcı olabilir. Bu noktada, genelde sözel kanallaşmaya başlarım. Önce sözler sağ omuz bölgesinden gelir gibidir. Kanallaşma süreci ile bağlantım arttıkça, kelimeler de sıklaşır. Rehberler de bana daha yaklaşmış gibidirler. Sonra, söylenen ve işitilen sözcükler arasında büyük bir boşluk kalmamaya başlar ve geliş yönü başımın üzerine ve sonra da içine doğru hareket eder. Rehber, kollarımı ve ellerimi konuşmaya uygun biçimde hareket ettirmeye başlar. Enerji alanımı dengelemek ve "o" konuşurken, enerjinin şakralarıma girmesini sağlamak için ellerimi kullanır. Bu, enerjiyi yüksekte ve odaklanmış vaziyette tutar. Kişilik benliğim yüksekte uçar gibidir, olanları izlemekte ve dinlemektedir. Aynı anda, kendimi rehbermişim gibi hissedirim. Bu durumdayken kendimi Barbara kişiliğimden daha geniş ve büyük hissedirim.

Konuşmanın sonunda, rehberin bağlantıyı yavaş yavaş kopardığını ve şuurumun vücuduma ve kişilik benliğime doğru yavaş yavaş indiğini deneyimlerim. Bu noktada, genellikle pek utangacımdır.

Şakra Duyuları

Şimdiye kadar görme, işitme, hissetme ve koklama ile ilgili duyulardan bahsettik ama kanallaşma sürecinde nadiren de olsa tat alma duyusu da kullanılabilir. Her duyunun ilgili şakrayla bağlantıda olduğunu düşününce, bilgiyi bu şakanın duyu mekanizması yoluyla aldığımızı anlayabiliriz. Şekil 19-1, yedi şakrayı ve aktif olarak ilişkili oldukları duyuları gösteriyor. Kanallaşan birini gözlediğimde, bilgi almak için hangi şakrayı kullandığını anlayabilirim. Kullanılan şakra aktif hale geçer ve kanallaşma sırasında içinden daha çok enerji geçtiği fark edilebilir. Normalde kinestetik duyu, sezgi ve duygu ayırt edilemez ama göreceğiniz gibi, Şekil 19-1'de bunlar oldukça açık belirtiliyor. Sevmeyi duyu olarak isimlendirmeyiz ama öyle olduğuna inanırız. Sadece sevdi-

ğiniz ya da "sevmeyi duyumsadığınız" zaman neler olduğuna biraz daha dikkat edin. Sevmek, diğer hislerle aynı kategoride değildir. Elbette sevmek, bir duyudan daha fazlasıdır. Diğer insanlarla eşzamanlılık içinde olmanın bir yoludur.

Her bir şakra yoluyla aldığınız bilgi türü birbirinden farklıdır. İlk şakra kinestetik bilgi kazandırır: vücudunuzdaki denge ya da dengesizlik hisleri, omurganızda aşağı ya da yukarı hareket eden titremeler, sağlık ya da hastalık veya tehlike ya da güvenlik hisleri. Bunlar şifacı tarafından, hastanın içinde bulunduğu duruma göre değerlendirilir. Eğer şifacı hastalık hissediyorsa ve bunun kendi hastalığı olmadığını biliyorsa, bunu hastadan alıyor demektir. Hastanın bacağındaki ağrıyı ya kendi bacağına ya da ona dokunduğu elinde hissedir. Bu bilgilerin tümü ilk şakra yardımıyla elde edilir ve kendi vücudunu tüm bu duyumsamaları algılayabilmek için beraklaştırılan şifacıya çok yardımı olur. Şifacı kendi vücudu ile hastanınkini ayırt edebilir. Eğer şifacı bacağına acı hissediyorsa, bunun hastanın gelişinden önce var olup olmadığını ya da hastadan alıp almadığını fark etmelidir. Şüphesiz, bu şekilde bilgi erişiminin dezavantajları da vardır. İnsan diğer herkesin acısını hissetmekten çok çabuk yorulur.

İkinci şakra, şifacının ya da hastanın duygusal durumu ile ilgili bilgi sağlar. Bu durumda da şifacı, kendi enerji alanını, hastanın duygusal durumu ile kendininkini ayırt etmede kullanmalıdır. Bu da pek çok çalışma ve iyi geri bildirim sağlamakla olur. Örneğin, şifacı, hastanın bacağındaki ağrı hakkındaki duygularını duyumsayabilir. Hasta hastalığından dolayı kızgın ya da korkuyor olabilir. Bu ağrının ciddi bir hastalığın habercisi olduğundan endişeleniyor olabilir. Bunları iyi incelemek gerekir çünkü her hastalık, bir biçimde netleştirilmesi gereken bu duygular ile uzaktan yakından mutlaka ilgilidir.

Üçüncü şakra bazı belirsiz bilgiler verir; "Arayacağımı düşünmüştüm, sen telefon ettin," ya da "Sezgilerim bugün uçağa binmememi, bir şey olabileceğini söylüyor," gibi. Eğer kişi bir başka düzeydeki varlıkları duyumsuyorsa ve onları duyumsamak için üçüncü şakra kullanılıyorsa, kişi bir odadaki bir başka mevcudiyeti, yerini, tipini ve niyetini, yani dostça mı düşmanca mı

Şekil 19-1
YEDİ ŞAKRANIN DUYULARI

Şakra	Şakra Algılaması	Bilginin Yapısı	Meditasyon Pratiği
7	Bütün kavramı bilmek	Aşağıda sıralanan her bir duyunun ötesine geçen bütün kavramı almak	Sakinim ve Tanrı'nın benimle olduğunu biliyorum
6	Görme İmgeleme	Sembolik ya da düz anlamlı net resimler görmek	Birlik Şuuru
5	İşitme Konuşma	Sesler, sözler ve müzik duyma, aynı zamanda tatmak ve koklamak	Ses Dinleme
4	Sevme	Bir başkasını sevme duygusu	Sevginin gül pembe ışığı Bir Çiçeği Sev
3	Sezgi	Spesifik olmayan bir şeyi bilmenin belirsiz duygusu; muğlak bir ölçü, şekil duygusu ve duygusal olmayı isteme	Zihnin tek noktallığı
2	Duygusal	Duygusal his: neşe, korku, öfke	Esenliğin rahatlatıcı duygusu üzerine meditasyon
1	Dokunma Hareket ve varlık Kinestetik	Bedeninizdeki kinestetik his: denge, titreşim, tüylerin diken diken olması, enerji akışı, fiziksel acı ya da zevk hisleri	Yürüme Meditasyon Dokunma Derin gevşeme

olduğunu muğlak da olsa sezebilir. İlk şakra o varlık hakkında kinestetik bilgi sağlar, ikinci şakra da o varlığın hisleri hakkında. Bacak ağrısı örneğinde, üçüncü şakra bu ağrının hastanın yaşamındaki derin anlamını ve geçmişteki sebeplerini anlamaya yardımcı olacaktır.

Dördüncü şakra, sevgi ile ilgili duyguları getirir. Kendimize, arkadaşlarımıza, insanlığa ve yaşama duyduğumuz sevginin ötesine uzanan sevgi hislerini. Dördüncü şakranız ile hissettiğinizde; fizik bedende olsun olmasın bir başkasının sevgisini, bunun niceliğini ve niteliğini anlayabilirsiniz. Kişi, insanlığın kolektif sevgisini hissedebilir. Bacak ağrısı örneğinde, kişi hastayı ve hastanın kendisini sevebilme niteliğini sevebilir. Bu şakra aynı zamanda, o ana dek bacak ağrısı çekmiş tüm yaratıklara bir bağlılık duygusu da verir.

Beşinci şakra, müzik, ses, koku, kelime ve tat hissi verir. Bu bilgi, geldiği aurik alana bağlı olarak özelleşebilir (sonraki bölüme bakın). Örneğin, bacak ağrısı çeken hasta için, şifacı fizyolojik bir tanı getirip "Bu, filebit hastalığı" ya da "Hasta yürürken bacağın bükülmesine neden olan yeni bir ayakkabıdan kaynaklanan bir kas ezilmesi," diyebilir. Bu şakra, ayrıca bacağın şifa bulmasına yardımcı olacak bir sesi de ortaya çıkarmaya yardımcı olur.

Altıncı şakra resimler ortaya çıkarır. Bunlar sembolik olabileceği gibi, hasta için çok kişisel bir anlama sahip ya da düz anlamlı da olabilirler. Düz anlamlı resimler, hastanın yaşamında olmuş, olabilecek ya da olan şeylerle ilgilidir. Var olan şeylerin yansımasıdır. Bunu söylerken onları mutlaka gözlerinizle olduğu gibi görmeyiz ge-

rektiğini söylemiyorum; zihninizde size güçlü bir izlenim veren ve eğer isterseniz çizimini yapabilmenize izin verecek biçimde gözlemlemenizi sağlayan bir resim alırsınız. Örneğin, bacak ağrısı vakasında altıncı şakra, şifacının söz konusu filebit hastalığından kaynaklanan kan pıhtılaşmasını ya da ezilmiş kası görmeyi sağlayabilir. Bu görüntü, şifacının zihninde sanki bir televizyon ekranındaki gibi belirebilir; ya da normal bir görüş gibi doğrudan bacağın içinden geliyormuş gibi de görünebilir. Altıncı şakra hasta için bir anlamı mutlaka olan ama şifacıya bir anlam ifade etmeyecek sembolik bir resim almayı da sağlayabilir. Bu da şifacının zihin ekranında belirecektir. Altıncı şakra ayrıca, hastanın bacak ağrısıyla bağlantılı geçmiş deneyimlerini, mesela çocukken bisikletten düşmesini ve diyelim yirmi yıl sonra şimdi ağrının olduğu yerde ayağını incitmesini, resim formunda bize sunacaktır. Bu doğrudan erişim, film seyretmeye benzetilebilir.

Burada resimleri almaktan söz ettiğime dikkat edin. Algılama, alma anlamına gelir. Algılama, ister sembolik ister düz anlamlı olsun, zaten çoktan mevcut olan bir şeyi almaktır. İmgeleme ise farklı bir şeydir. İmgeleme süreci, aktif olarak yaratmayla ilgilidir. İmgeleme sırasında zihninizde bir imge yaratır ve ona enerji verirsiniz. Eğer bu imgeyi zihninizde net biçimde tutar ve enerji vermeye devam ederseniz, en sonunda yaşamınızda gerçekleştirebilirsiniz. Böylece o imgeye form ve madde vermiş olursunuz. İmge ne kadar net ve sizin ona yansıttığınız duygusal enerji ne kadar çok olursa, onu yaşama o kadar iyi geçirebilirsiniz.

Yedinci şakra, bütünsel bir kavram biçiminde bilgi almamızı sağlar. Bu bilgi, insanın sınırlı duyularının ve iletişim sisteminin ötesinde bir şeydir. Kanal olan kişi, kavramı alıp sindirdikten sonra anladığını kendi sözcükleri ile ifade etmelidir. Çoğu zaman, anladığımı kendi sözcüklerle ifade etmeye başladığımda, Heyoan (beşinci şakradan) araya girer ve bunu benden çok daha net anlatır. Bütünsel kavram, tam bir bilme duyusu verir. Kavram ile bir olma deneyimidir. Bacak ağrısı örneğimizde, yedinci şakra, söz konusu ağrı ile ilgili bütün bir yaşam durumunu ortaya çıkarır.

Gerçekliğin Farklı Düzeylerinde Şakra Duyumsaması

Artık her bir şakra yoluyla gelen bilgi fikrine sahip olduğunuza göre, "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" ve "Enerji Bloklarından Fiziksel Hastalığa" başlıklı bölümlerde bahsedilen gerçekliğin farklı düzeylerindeki duyulara bir bakalım. O bölümlerde fiziksel gerçeklik düzeyi, astral, esiri kalıp düzeyi, göksel düzey, ketherik kalıp düzeylerinden ve bu düzeylerin her birinde mevcut olan varlıklardan söz etmiştim. Ayrıca yedinci düzeyin ötesinde de düzeyler olduğundan bahsetmiştik, hatırlarsanız. Bu düzeylerde algılamak için, algılama yapmak üzere seçtiğiniz şakra söz konusu düzeyde açık olmalıdır. Belirli bir aurik katmana bakmak istiyorsanız, altıncı şakranızı o katmana açmalısınız. Aurik alanın ilk katmanını görmek istiyorsanız, auranızın ilk düzeyindeki altıncı şakrayı açmanız gerekir. Eğer auranın ikinci düzeyini görmek istiyorsanız, yine auranızın ikinci katmanındaki altıncı şakrayı açmanız gerekir. Başlangıç seviyesindekiler auryayı görmeye başladıklarında, genellikle ilk katmanı görürler çünkü ilk katmandaki altıncı şakralarını açmışlardır. Geliştikçe, bunu diğer katmanlar için yapmayı da öğrenirler.

Dördüncü düzeyin üzerindeki düzeylerdeki şakralar açmak, diğer düzlemlerdeki varlıkları da algılamaya başlayacağınız anlamına gelir. Bu durum, ilk zamanlarda kişisel hayatınız için biraz rahatsız edici olabilir ama zamanla alışılır. Örneğin, çoğu zaman, bir konuşmayı sürdürmek ile susup aynı anda sizinle konuşmaya çalışan ruhsal rehberi dinlemek arasında bir seçim yapmak zorunda kalırsınız. Bu iki dünyalı varoluş biçiminde hayli zaman geçirdim. Bu varlıkları algılayan ve onlara tepki veren kişiler, bunu yapmayan diğer insanlara "biraz garip" görünebilirler.

Astral düzeyde yaşayan bir varlığı işitebilmek için, astral düzeydeki beşinci şakranızı açmanız gerekir. Beşinci düzeydeki bir rehberi dinlemek istiyorsanız, aurik sahanızın beşinci düzeyindeki beşinci şakranızı açmanız gerekir. Astral rehberi görmek istiyorsanız, o zaman dördüncü düzeydeki altıncı şakranızı açmanız gerekir. Beşinci düzeydeki bir rehberi görmek için, beşinci

düzeydeki altıncı şakranız açılmalıdır; bu böyle sürüp gider.

"İnsan Enerji Alanı ve İnsan Aurası" başlıklı bölümde belirttiğimiz gibi, şakraların kalplerinin derinlerinde birbirlerine açılan kapılar ya da mühürler vardır. Bu kapılar ya da mühürler, bir düzeyden diğerine geçmek için açılmalıdırlar. Bu, enerji sisteminizdeki titreşim düzeyini artırarak olur. Alanınızı daha yüksek bir titreşim düzeyinde yükseltmek ve korumak, arınma çalışması yapmak anlamına gelir. Aurik alanın daha yüksek düzeylerini algılayabilmek için alanınızı temiz ve son derece net tutmalısınız. Bunu yapmak, aynı zamanda günlük yaşamınızda da duyarlılığın artması anlamına gelir. Yani beslenmenize dikkat eder, egzersiz ve ruhsal uygulamalar yapmalısınız; bunlar "Kendi Kendine Şifa ve Ruhsal Şifacı" başlıklı kısımda ele alınacaktır.

Her düzey, bir altındakinden bir oktav daha yüksek titreşime sahiptir. Şuurunuzu, farkındalığınızı bir yüksek düzeye çıkarmak, farkındalığınızın işlev gördüğü titreşim oranını yükseltmek demektir. Bu, elbette kolay bir iş değildir, psikodinamiklerle ilgili bölümde de görüldüğü gibi, sistemdeki enerjinin her artışı; meydana geldikleri sırada hissedilemeyecek kadar tehlikeli olarak algıladığınız ve şuuraltınıza gömdüğünüz deneyimler yoluyla oluşturduğunuz blokları yerinden söküp atar.

Egzersiz: Aurik Düzeylerinizi Deneyimlemenizi Güçlendirmek İçin Meditasyonlar

Bu meditasyonlar Şekil 19-1'de de gösterilmektedir. Auranızın birinci katmanındaki deneyimi güçlendirmek için, derin gevşeme ya da yürüme veya dokunma meditasyonları yapın. Auranızın ikinci katmanındaki deneyimi güçlendirmek için, esenliğin rahatlatıcı duyusu üzerine meditasyon yapmak gerekir. Auranızın üçüncü katmanındaki deneyimi güçlendirmek için, zihni tek noktaya odaklayan egzersizler yapın. Auranızın dördüncü katmanındaki deneyimi güçlendirmek için sevginin gül pembesi ışığı üzerine meditasyon yapın veya bir çiçeği sevmeye odaklanın. Auranızın beşinci katmanındaki deneyimi

güçlendirmek için ses ve dinleme meditasyonları yapın. Göksel bedeninizdeki deneyimi güçlendirmek için Birlik Şuuru ile bir olma üzerine meditasyon yapın. Yedinci katmandaki varlığınızı deneyimlemek için "Sakinim ve Tanrı'nın benimle olduğunu biliyorum," mantrasını kullanarak meditasyon yapın.

Hatırlayalım:

1. Yüksek İşitsel Algılamayı öğrenmenin en iyi yolu nedir?
2. Ruhsal rehberlik almak için nasıl beklersiniz? Bunu haftada en az üç kez uygulayın.
3. Rehberleriniz sizinle hangi yollarla iletişim kurarlar? Süreci anlatın.
4. Yedi şakranın her biri ile ilgili duyuları açıklayın.
5. Ketherik kalıp düzeyindeki bir rehberi "görmek" isterseniz aurik alanın hangi düzeyindeki kaçınıcı şakrayı açmanız gerekir?
6. Astral düzeydeki bir rehberi "işitmek" isterseniz, aurik alanın hangi düzeyindeki kaçınıcı şakrayı açmanız gerekir?
7. Odada bir varlığın bulunduğuna ve çok dostça amaçları olmadığına dair belirsiz bir duyumu aldığımı söylersem, bunu hangi şakra yoluyla yapıyorumdur? O varlık aurik alanın hangi düzeyi ile ilgilidir?
8. Alanınızın belirli bir düzeyindeki belirli bir şakrayı nasıl açarsınız?
9. İçsel görüş ile kanallaşma yoluyla bilgi alma arasında ne fark vardır?

Üstünde Düşünelim:

10. Daha fazla rehberlik alıp, bunları izleyebilseniz hayatınız nasıl farklılaşır?
11. Hayatınızda aktif biçimde rehberlik almanıza engel olan başlıca dirençleriniz ne olabilir?
12. Rehberliği yaşamınızda nasıl daha verimli kullanabileceğinizi sorun. Cevap nedir?
13. Eğer ruhsal rehberlerin aktardıklarını izlerseniz, bunun olumsuz etkisi olacağına dair olumsuz inancınız ya da imgeniz nedir? Bunun çocukluk döneminizdeki otorite figürleri

ile ilgisi var mı? Bu, sizin Tanrı'ya ait imgenizle ya da ilişkinizle ne bakımdan ilgili?

14. Eğer özgür iradeye sahipsek, prekognisyon nasıl işlemektedir?

15. Bu tarz bir algılayış yaşamımızı nasıl değiştirir?

16. İmgeleme ile algılama arasındaki fark nedir?

20. Bölüm

HEYOAN'IN GERÇEKLİK BENZETMESİ

Algılama Konisi

Son kısımda aurik alanınızın titreşimini artırarak algılayışınızı yüksek gerçeklik düzeyine çekmekten bahsetmiştim. Bu fikir, aynı mekan içinde var olan titreşim oranı düzeylerinden oluşan çok boyutlu evren kavramına dayanır. Gerçeklik düzeyi artıktıkça, titreşim oranı da artar. Şimdi, bu çok boyutlu evreni algılama düzeyleri bakımından ele almak istiyorum.

Heyoan, her birimizin, sayesinde gerçekliği algıladığımız bir algılama konisine sahip olduğumuzu söylemektedir. Kişi bu kavramı açıklamak için frekans benzetmesini kullanabilir; yani her birimiz, belli bir frekans içinde algılama kapasitesine sahibiz.

Biz insanlar, gerçekliği, algılayabildiğimize göre tanımlama eğilimindeyizdir. Bu sadece normal insan algılayışını değil, mikroskop, teleskop gibi yardımcı araçlar kullanarak algıladıklarımızı da içerir. Algılama konimizin içindeki her şeyi gerçek diye ve bu koninin dışında kalanları ise gerçek değil diye kabul ederiz. Eğer algılayamıyorsak, o zaman yok demektir.

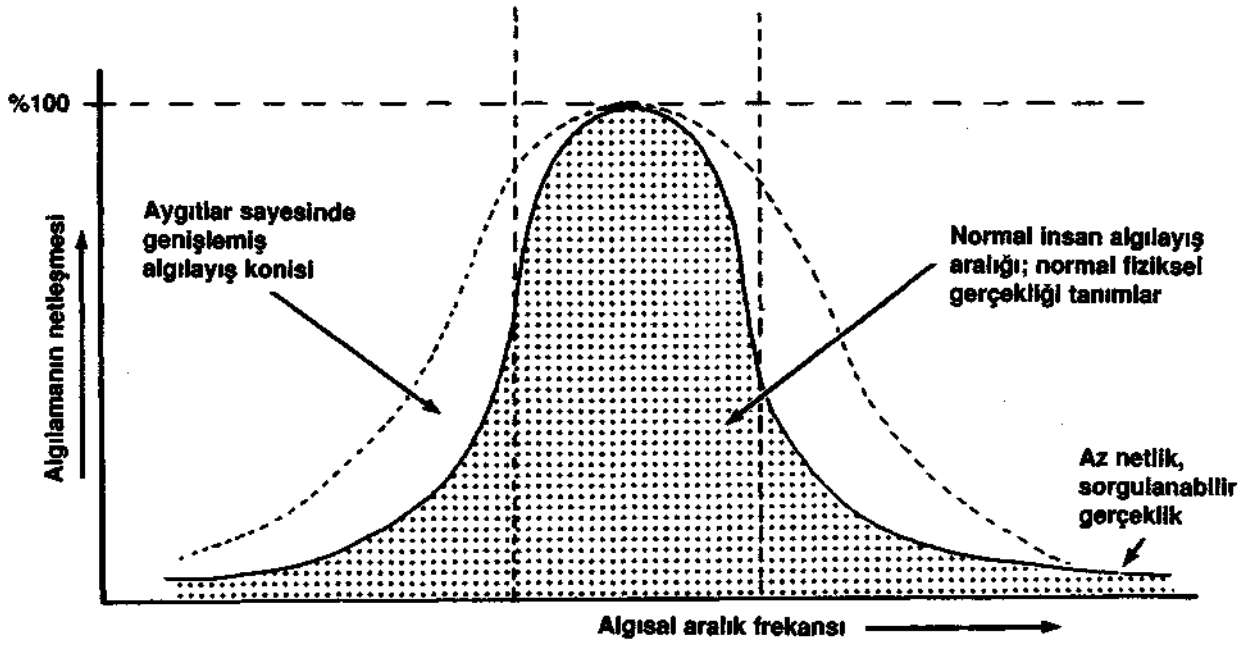
Yeni bir araç geliştirdiğimizde, algılama konimizi artırırız ve algıladığımız şeyler artıktıkça var olanlar da artar. Aynı şey burada Yüksek Duyusal Algılama (YDA) ile olur, fakat buradaki araç bedenimiz ve enerji sistemimizdir. YDA ile ne kadar çok şey algılasak, o kadar çok şey gerçek olur.

Bu fenomeni açıklayabilmek için hepimize aşına gelen çan eğrisini kullanarak bir tablo çizmeye çalıştım (Şekil 20-1A). Dikey eksen algılamanın netliğini, yatay eksen ise algılama frekansını gösteriyor. Grafiğin ortasında görülen çan eğrisi; bir insanın, bir grup insanın ya da tüm insanlığın normal algılama düzeyini göstermek için de kullanılabilir. Pek çoğumuz noktalı çizgilerin arasında kalan alanın ifade ettiği algılama

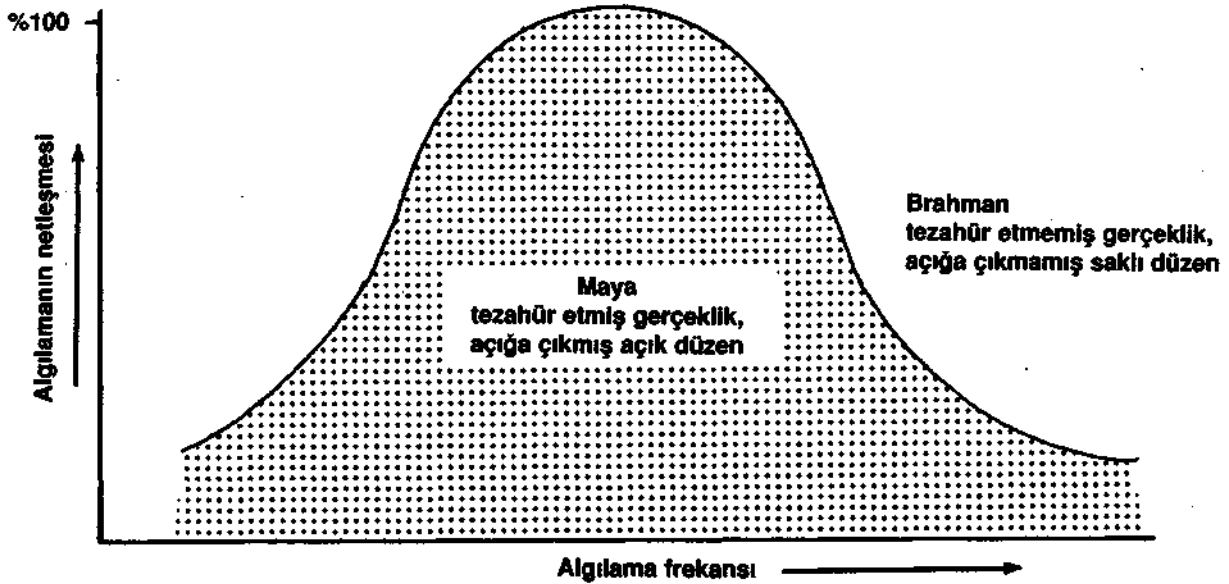
kapasitesine sahibiz. Bu noktalı çizgilerin dışında, algılama netliğimiz öylesine düşüktür ki algıladıklarımızı hesaba katmama eğilimi gösteririz. Ancak, algıladığımız her şeyi kabul edersek, eğrinin altındaki alan; bizim evren dediğimiz şeye karşılık gelmektedir. Dıştaki noktalı çizgi ise, yardımcı araçlarımızla algılayışımızdaki artışı ifade ediyor. Bizler, en azından çoğumuz bunu da gerçeklik olarak kabul ediyoruz.

Bu duruma, bir de Budist geleneğinde Brahman ve Maya olarak nitelenen kavramların bakış açısıyla bakalım. Maya, Budizme göre bir illüzyon olan tezahür etmiş alemdir. Brahman, Maya'nın temelinde yatan ve tezahür edileni destekleyen gerçekliktir. Bu kavram, Brahmin (Hindu kast sisteminde eğitilmiş rahip sınıfı) ile karıştırılmamalıdır. Budizmde meditasyon; tüm ıstırapı kapsayan Maya'nın ötesine geçmek ve Brahman olmak ya da aydınlanmak için kullanılır. Burada da algılama konisine benzeyen bir yaklaşım vardır. Şekil 20-1B, bu açıdan düşününce oluşan algılama konisini göstermektedir. Maya'nın tezahür etmiş dünyası bizim algılama konimiz içinde uzanıyor, Brahman'ın tezahür etmiş dünyası ise algılama konimizin eğrisinin dışında kalıyor. Fizikçi David Bohm'un Belirgin Açığa Çıkmış Düzen'i ("Kendimizi Nasıl Gördüğümüz ve Gerçek Halimiz Arasındaki Paralellik ve Batı'daki Bilimsel Görüşler" başlıklı bölüm) algılama konimizin içindedir, Saklı Açığa Çıkmış Düzen'i ise konimizin dışında kalır.

Şekil 20-2A, Yüksek Duyusal Algılamanın etkilerini gösteriyor. Ben artık gerçek dışı ve var olmayan diye nitelediğimiz şeye ruhsal gerçeklik diyorum. Algılama oranımızı yüksek titreşim düzeyine çıkardıkça, ruhsal (fiziksel olmayan) dünyanın daha çoğu bizim için gerçek hale dönüşmektedir. YDA'yı ne kadar çok kullanırsak, daha çok algılar hale geliriz (bu da bizi ruhsal dünyaya daha çok erişebilir hale getirir), illüz-



A. Algılayış Konimizin Grafiksəl Gösterimi



B. Algılayış Konimizin Ruhsal Yorumu

yondan gittikçe daha çok çıkar ve Brahman'a ya da aydınlanmaya daha çok gireriz. Bu bakış açısından bakınca, çizdiğimiz eğrinin dış hattı; ruhsal ve maddesel dünyalar arasında bir peçe haline geliyor. Heyoan, şifanın, ruhsal ve maddesel dünyalar arasındaki bu peçeyi nihai anlamda kaldırmak olduğunu söylemektedir.

Bir başka önemli nokta ise şudur: Bizim kendi kendimizi tanımlayışlarımız da gerçek olarak algıladıklarımıza dayandığından, gerçeklik algılayışımız genişledikçe, bizler de genişleriz. Şekil 20-2B yine bir çan eğrisi gösteriyor; bu kez kendi kendini tanımlama açısından değerlendirilim. Eğrinin içi sınırlı öz-tanımımızdır; biz bu sınırlı gerçeklik görüşü ile kısıtlıyız. Dışında ise sınırları olmayan bir öz-tanımı ve Tanrı var. Çan eğrisinin dış çizgisi, bu kez de olduğumuzu sandığımız biz ile gerçek biz arasındaki peçeyi oluşturuyor. Heyoan tekrar tekrar, bu iki peçenin (ruhsal ile maddesel dünyalar ve olduğumuzu sandığımız biz ile gerçek biz arasındaki) aynı olduğunu söylemiştir. Bu, aynı zamanda yaşam ile ölümün arasındaki peçedir. Ruh varlıkları olduğumuzu bildiğimizde, öldüğümüz zaman yaşamayı durdurmuş olmayız; sadece bedenlenebilmek için zaten ruh varlıkları olan bizlerin oluşturduğu bir araçtan ibaret olan bedenimizi terk ederiz. Yüksek Duyusal Algılamayla tanık olduğum bir ölümden, can, bedeni terk etti ve odadaki diğer ruhsal varlıklara katılmaya gitti. Ölüncü peçe kalkar ve bizler, ait olduğumuz yere, gerçek yuvamıza gideriz.

Tezahür Etmiş Dünya

Bir süre önce bir okuma sırasında Heyoan benim tezahür dediğim şeyi açıklayan bir deneyim edinmemi sağladı. Aşağıdakiler o seansın bant çözümüdür:

Heyoan: "Öyleyse tezahür nedir? Bu, tezahür etmiş olanı duyumsama yeteneği ile ilgili bir şeydir. Bu yetenek, Bir ile ilgilidir ve de her bir kişinin bireyselliğinin ve duyumsama penceresinin nerede olduğuyla ilgilidir. Bu duyumsama penceresi içinde algılanan şey, senin tezahür etmiş dünya diye tanımladığın şeydir. Tezahüratın genişlediğini duyumsadığın o dar bakış açısı ge-

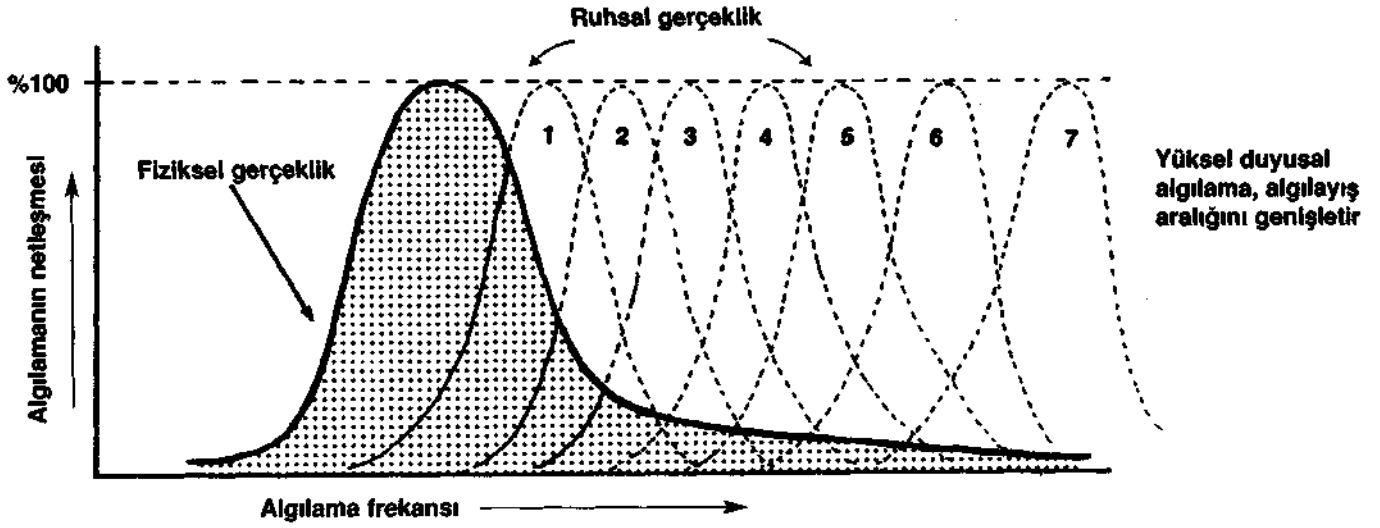
nişlediğinde, tezahür etmiş dünya da genişler. Örneğin, sesimizi duymaya başladığın zaman tezahür etmiş dünyanın daha fazlasını deneyimleyebilmeye de başladın. Bizim dünyamız daha az katı ve ince görünür, ama yine de tezahür etmiş bir dünyadır. İncelik halinde görünüşü; yüksek frekanslar gerçekliğinin bir incelik niteliğine sahip olmasından ziyade senin yüksek frekansları duyumsama yeteneğinle ilgilidir. Duyularındaki sınırlılık, yüksek gerçekliği daha ince görmene neden olur, aynı zamanda yüksek frekansların tezahür etmemiş olana doğru gitgide azaldığı izlenimini verir. Oysa durum böyle değildir."

Barbara: "Öyleyse gördüğüm şey, tezahür adını verdiğimiz duyumsama oranının bütünü. Bu bir duyular dizisi. Bu oran artıkça ve genişledikçe (benzetmeler kullanılabilir) görüş açımız da genişler, bu şekilde tezahür etmemiş olana dair algılayışımız da artar... Aa, bu iki şekilde de işliyor; yani aynısı, düşük titreşimlere doğru genişledikçe de geçerli."

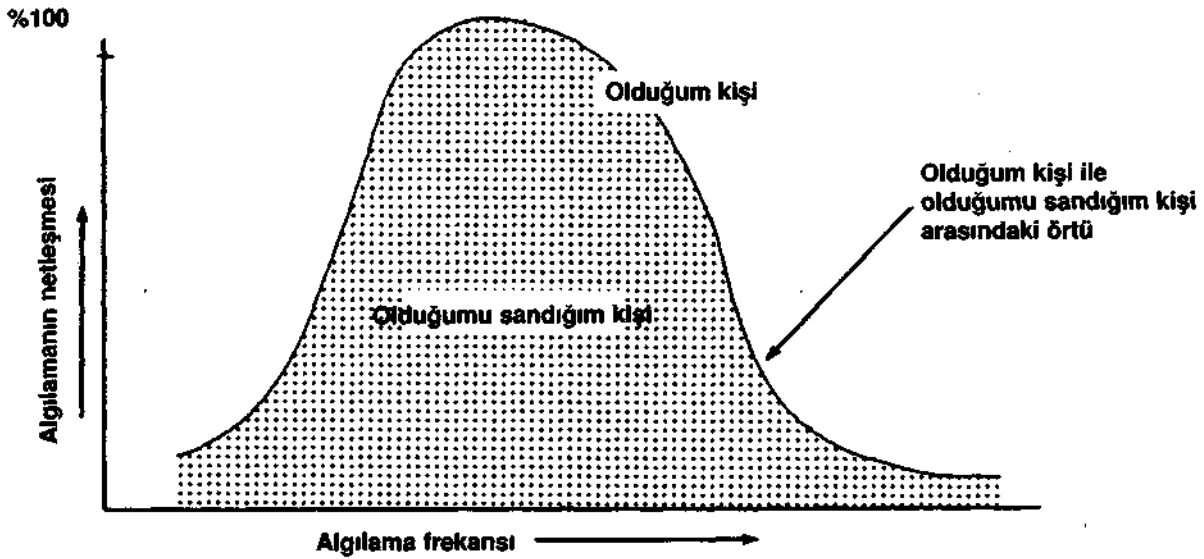
Heyoan: "Bazı nedenlerle, insanlık düşük titreşimleri olumsuzluk, karanlık, hoş olmayan formlar olarak görmeyi ya da tarif etmeyi seçmiştir. Bu işin bir yanısıdır, ancak insan varlığının ve algılama mekanizmasının ikili yapısına dayanmaktadır. Yani duyumsama sisteminin, düşük titreşimleri olumsuz olarak gören bir parçasıdır bu."

Barbara: "Peki, ya insanlığın o uzun ruhsal gelişim süreci?"

Heyoan: "Ruhsal gelişim süreci açısından bakınca, en basitçe, duyu penceresini genişletme yeteneğinden söz edebiliriz. Denebilir ki, somut gerçeklik, algılayış eğrinizin altındaki en geniş alanı kaplar. İnsanlar, standart sapmanın, yani eğrinin maksimum noktasının ötesindeki gerçeklikle ilgili bir şey kavradıklarında buna inanmamayı tercih ederler. İnsanlık gelişme sürecinde ilerledikçe, bu eğrinin kapladığı alan da buna bağlı olarak genişler (bkz. Şekil 20-1). Bu eğri, insanlığın ruhsal gelişiminde bu noktada insan zihninin sahip olduğu sınırları işaret ediyor. Hedefimiz, insan zihninin eğrinin en üst noktasında, tüm algılama frekanslarında işlev görmesi ve genişleyen realitenin elinde tuttuğun bu teyp kadar somut hale gelmesidir. O zaman eğrinin tepesi, bir düz çizgi oluşturana dek yükselirdi. Bü-



A. Yüksek Duyusal Algılamayla Artırılan Algılayış Konisi



B. Kişisel Gerçeğin Tanımıyla Kısıtlanan Algılayış Konisi

Şekil 20-2. Algılayış Konimizin Sınırlarının Tanımlanması

tüne ulaşıldığında, tezahür etmiş ve tezahür etmemiş bir olacak."

"Bunu söylemenin bir başka yolu da şudur: Algılama koninizi genişlettikçe, dünyamız sizin için gittikçe daha çok tezahür etmiş hale gelir; sonra buna da tezahür etmiş dünyanın bir parçası olarak bakabileceksiniz. Ruhsal gelişiminizle birlikte algılamanızı da genişletmeyi sürdürdükçe, evren sizin için daha çok tezahür etmiş hale gelecek ve Evrensel Birlik kavramına yaklaşacaksınız. Bir anlamda, yuvaya geri dönmektesiniz."

"Algılanan gerçekliğin genişlemesiyle, insan varlığı, algılayacağı frekansı, hatta mevcut olacağı frekansı tezahür etmiş dünyada seçebilir hale gelebilir. Bu da saklı düzeni anlamak için bir araçtır. Bu, yaşam oyunudur da denebilir. Saklı ve açık düzen, insan varlığının algılamasındaki genişleme sayesinde bir olduğunda, aydınlanma haline ulaşılmış demektir."

"Örneğin, şu benzetmeyi kullanalım: Beyaz tahta üzerine beyaz tebeşir ile çizgi çizersek, bu tezahür etmemiş olana benzetilebilir. Kara tahtaya çizilen beyaz tebeşir, tezahür etmemiş olanın düalliteye, iki kutupluluğa ilk girişidir denilebilir. Renkli tebeşir ve krem rengi tahta da çok-boyutlu evren olarak anlaşılabilir. Bunlar, insan varlığının ya da kim olduğunuza dair, içteki Tanrılık parçanın kendisini algılayışına dair algısal gelişiminin sürecinin aşamaları gibidir. Yani daha geniş gerçeklik boyutlarına ulaştıkça, birbiri içindeki çok boyutlu, renkler de daha belirginleşir ve boyut kazanır."

"Bu, tam da tartıştığımız şeydir: İnsanlığa yeni bir algılayışı öğretmek (YDA). İçsel görün, sana nereye, ne boyutta, hangi frekansta bakacağını seçme şansı verir. Fiziksel tezahüre ya da fiziksel gerçeklik dediğin şeye bakmayı mı seçiyorsun? Veya aşağı esiri ya da duygu katmanını veya yüksek esiri, hatta belki de auranın dokuzuncu, onuncu düzeylerini görmeyi mi seçiyorsun? Algılayışını nerede kullanacaksın? Çözünürlüğe de karar vermek zorundasın. Mikroorganizmaya mı yoksa makroorganizmaya mı bakacaksın? Tezahür etmiş Tanrı sadece algılama yoluyla tezahür etmeyi seçmiştir; yani algılamalar yoluyla karanlığın yüzünün hangi kısmı üstünde tezahür edeceğini seçer. Aranızda sizi görmeyen ve sizin de onları görmediğiniz varlıklar

var. Onlar değişik bir algılama penceresinde yaşamayı seçmişler. Anlıyor musun?"

Barbara: "Hayır, çok yoruldum. Bu konuşma fazla doğrusal."

Heyoan: "Bunun sebebi, bu bilgiyi yine senin dar pencerenden içeri sıkıştırmamız. Bir başka ışık alemine geçmek için seni yönlendireceğiz, algılayışının genişlemesine izin ver. Bu odaya girerken, hafifliği ve ışığı gör, neşeyi hisset..."

Böylece o noktadan görünüşe göre daha yüksek alemlere doğru yönlendirildiğini hissettim. Her yüksek alem, bir öncekinden çok daha muhteşemdi. Ve algılaması gittikçe daha zorlaşıyordu. Her biri giderek daha ince ve daha az form içeriyor gibi görünmekteydi. Heyoan beni yönlendiriyordu.

Algılayabildiğim en yüksek kısma vardığımızda, Heyoan dedi ki: "İşte şimdi, her insan varlığının girmeyi özlediği Kutsallar Kutsalı'nın kapısının önündeyiz."

Geçmiş yaşamlarımın altımda bir yerlerde salındığını, geceye bir yasemin kokusunun hakim olduğunu hissediyordum. Her bir geçmiş yaşam, beni gerçekliğe geri çeken bir güç görevi görüyordu. Barbara'nın ötesinde, zamanın ötesinde, yaşamların ötesindeki bir varlık olma hissinin korumak istiyordum.

Kutsalların Kutsalı kapısına uzanmayı denedim.

Heyoan: "Bu uzanmayı deneme meselesi değil, kişinin kendine zaten olduğu şeyi olma izni verme meselesidir. Burada muazzam bir oda var. Zamanın ve mekanın ötesinde bir varoluş hali. Aceleyle hiç gerek yok. Ruhunun yapmak istediği de bu zaten."

Derken kendimi Büyük Sfenks'in iki pençesi arasındaki bir kapıdan geçerken buldum. Önümde Heyoan bir tahtta oturuyordu.

Heyoan: "Evet, demek ki şifadan bahsettiğinde, şifanın; Kutsalların Kutsalı kapısından geçerek Yaratıcı ile birlikte olabilmek için algının kapılarını açmak olduğunu bilmen gerekir. Ne daha fazlası ne daha azı. Bu, adım adım ilerleyen bir süreçtir. Aydınlanma amaçtır, şifa da bir yan ürün. Yani bir ruh varlığı sana şifa için geldiğinde, ruh varlığının esas istediğinin bu olduğunu ta derinden bilmelisin."

"Biri sana şifa bulmak ya da yardım almak

için geldiğinde, kullandıkları sözcüklerin onların algılama kapılarından geçerek geldiğini unutma. Bu dar da olabilir, geniş de olabilir. Acıyan bir ayak parmağı, hayatı tehdit eden bir hastalık ya da gerçeği arıyor olmak; bunların hepsi algılama penceresinden gelmektedir Ama aslında verilmesi gereken sadece şudur: Ruh varlığının özlemini cevaplamak. Ruh varlığı der ki, 'Yuvama dönmeme yardım et. Kutsalların Kutsalı'na giden yolu bulmamı sağla, Yüzyıllar Boyunca Doğruyu Fısıldayan Rüzgarı bulmama yardım et.' "

Meditasyonun bu noktasında, ürpererek sevinçle gözyaşı döktüm. Heyoan daha önce sık sık bana adının anlamını söylemişti. Artık anlıyordum. Meditasyon yoluyla Heyoan beni, kendisi ile benim bir olduğum anlayışına yöneltmişti. Bu deneyimi vücudumun tüm hücrelerinde hissettim; ben, Yüzyıllar Boyunca Doğruyu Fısıldayan Rüzgar'dım.

Heyoan devam etti: "Şimdi ben Heyoan, her biri bir hakikat olan mücevherlerden yapılma bir taşla burada oturuyorum. Demek ki ben burada varım, hep var oldum ve olacağım; yani zamanın, mekanın ötesinde; karmaşanın ötesinde; tezahür etmiş ama etmemiş olanın ötesinde; biline-

nin ve bilinmeyenin ötesinde. Ve sen de, sizin her biriniz de burada oturuyorsunuz. O içinde durduğunuz sınırlı algılayışında, hep bunu bilmeyi özledin."

Hatırlayalım:

1. Algılama penceresi kavramını açıklayın.

Üstünde Düşünelim:

2. Heyoan'ın gerçeklik tanımını okudunuz. "Gerçekliğin Ayrılması" adlı bölümde açıklanan içsel korku duvarı ile ilişkisini; olduğunuzu sandığınız siz ile gerçek siz arasındaki duvarı; ruhsal ve maddesel dünyalar arasındaki peçeyi; yaşam ve ölüm arasındaki peçeyi açıklayın.
3. Ölüm nedir?
4. Heyoan'ın son sözlerine bakarak, rehberiniz ve kendiniz arasındaki ilişkiyi açıklayın. Bu, sizin yüce benliğinizden, ilahî kıvılcımınızdan ne şekilde farklı?

5. KISIM

RUHSAL ŞİFA

**“Bundan da büyük mucizeleri,
sizler de yapacaksınız.”**

İsa

Giriş

ENERJİ ALANINIZ SİZİN ARACINIZDIR

Artık şifanın kişisel, insani, bilimsel ve ruhsal düzeylerle ilişkisi hakkında fikrimiz olduğuna göre, yıllar boyunca öğrendiğim şifa tekniklerine bakabiliriz.

Şifa evde başlar. Herhangi bir şifacı için ön şart, öz bakımdır. Şifa verir ama kendinize bakmazsanız, muhtemelen normalden daha da çabuk rahatsızlanırsınız. Bunun nedeni, kendi yaşıntınız için olan önemine ek olarak şifanın sizin alanınızda çok fazla enerji çalışmasını gerektirmesidir. Sizi sağlıklı ve dengeli tutmaya ek olarak, alanınız başkalarının ihtiyaç duyduğu şifa verici enerjiler için iletken olarak kullanılır. Alanınızın şifa için aktaracağınız frekanslara ihtiyaç duyması şart değildir ama alanınız yine de bunları yayacaktır. Şifada gerek duyulan belirli bir frekansı yaymak için alanınız da o frekansta veya onun armoniğinde titreşmelidir. Dolayısıyla, şifa verebilmek için alanınızı, hızla yükselip alçalan bir lunapark aracı gibi koşturacaksınız. Frekans titreşimini devamlı değiştiriyor olacaksınız. Sürekli olarak ışığın değişik yoğunluklarını yayacaksınız. Bu da sizi etkileyecektir. Bu, ruhsal gelişiminizi hızlandırmak bakımından iyidir çünkü bu yoğunluk ve frekans değişimleri normal kalıplarınızı kırarak alanınızdaki blokları ortadan kaldıracaktır. Ancak kendinizi en üst kondisyonda tutmazsanız sizi tüketecektir. Şifada, ileteceğiniz enerjiyi üretmezsiniz, ancak bu enerjinin Evrensel Enerji Alanından alınabilmesi için

frekansınızı üst düzeyde tutmanız gerekir. Buna armonik endüksiyon denir ve yüksek enerji ve yoğunlaşma gerektirir. Enerji voltajınız, hastanunkinden yüksek olduğu sürece, ona iletim yapabilirsiniz. Eğer şifa yaparken yorgunsanız, üretebildiğiniz voltaj hastanunkinden daha zayıf olabilir. Akım, yüksek voltajdan düşük voltaja doğru hareket eder. Bu durumda da hastanın rahatsızlığından kaynaklanan negatif enerjiden etkilenebilirsiniz. Eğer çok sağlıklı iseniz, sisteminizi bunu geri püskürtebilir ya da temizleyebilir. Eğer yorgun ve bitkinseniz, topladığınız düşük enerjileri temizlemeniz daha uzun sürebilir. Öte yandan, kendinize iyi bakarsanız, hasta ile aynı rahatsızlıktan mustarip iken bile, kendinizi tedavi etmek için gerekli frekansı üretmeyi kolaylaştırabilirsiniz.

Hiroshi Motoyama tarafından yapılan çalışmalarda, şifacının ve hastanın şifadan önceki ve sonraki akupunktur hatlarının gücü ölçülmüştür. Pek çok vakada, şifacının belirli bir organının hattı şifa seansından sonra düşük çıkmaktadır. Ancak, güçlerini birkaç saat sonra topluyorlar. Motoyama ayrıca şifacının kalp meridyeninin şifa seansından sonra daha güçlü olduğunu göstermiştir, bu da kalp şakrasının şifa vermede kullanıldığını gösteriyor.

Önümüzdeki bölümde auranın farklı katmanları için şifa teknikleri, bazı örnekler ve şifacının öz-bakımıyla ilgili teknikler vereceğim.

21. Bölüm

ŞİFAYA HAZIRLIK

Şifacıyı Hazırlama

Şifa için hazırlık yaparken, şifacı kendini kozmik güçlere açmalı ve onlarla aynı çizgiye geçmelidir. Bunu sadece şifa için değil, aslında tüm hayatı için yapmalıdır. Kendini hakikate adanmalı ve varlığının her alanında kendine karşı dürüst olmalıdır. Arkadaşlarının yardımına ve bazı ruhsal disiplin biçimlerine veya arınma süreçlerine gereksinebilir. Fiziksel ve ruhsal öğretmenlere ihtiyaç duyabilir. Kendi vücudunu egzersiz ve doğru beslenmeyle, vitamin, mineral gibi enerji sağlayıcıları dengeli alarak, dinlenip iyi vakit geçirerek korumalıdır. Böylece, fizik bedenini yüksek titreşimlere ve evrensel enerji alanına yükselirken araç olarak kullanabilir. Kanallaşma meydana gelmeden önce, şifa enerjisini almak için ilk olarak kendi titreşimlerini yükseltmelidir.

Bir şifa gününe başlamadan önce, sabah biraz egzersiz yapmak iyidir, şakraları açmak ve kendimizi merkezlemek için meditasyon da yapabiliriz. Bu fazla zaman almak zorunda değildir. Yarım saat ile kırk beş dakika arası bir süre yeterli olur. Okuyacağınız egzersizler, benim çok etkili bulduğlarımdan oluşuyor. Bunları enerji sisteminin sürekli değişen ihtiyacına göre dönem dönem değiştirerek kullanıyorum.

Egzersiz: Şifacının Akupunktur Hatlarını Açması için Günlük Egzersizler

1. Ellerinizi yanlarda, sırtüstü uzanın, avuç içleriniz yukarı dönük olsun. Pozisyonunuzun rahat olması için bacaklarınızı hafifçe ayırın. Gözlerinizi kapatın. Bedeninizin her bir kısmına ayrı ayrı yoğunlaşarak gevşeyin. Doğal nefes alın. Nefesinize yoğunlaşın ve sayın; bir içeri, bir dışarı; iki içeri, iki dışarı diye sürsün; bunu beş dakika kadar yapın. Aklınız karışır ve sayıyı unutursanız

tekrar başlayın.

Dikkatiniz beş dakika boyunca nefesinizde olunca, zihniniz ile bedeniniz derece derece gevşeyecektir.

2. Güne başlarken en iyi egzersiz, (eğer eşinizi sıkmayacaksa ama muhtemelen sıkacaktır) yataktan çıkmadan önce yapılandır. Yine sırtüstü uzanın, kollarınızı iki tarafa açın, tabanlarınız yatağa değerken dizlerinizi kaldırın. Omuzlarınız yatağa değerken dizlerinizin sağa doğru düşmesine izin verin, o sırada sola bakmak için başınızı çevirin. Şimdi dizlerinizi kaldırın ve başınızı sağa doğru çevirirken dizlerinizin sola düşmesine izin verin. Bu hareketlerinizi sırtınızı iyice gerilmiş hissedene kadar sürdürün.

Eklem egzersizleri, eklemleri ayarlaması sayesinde akupunktur kanalları boyunca pürüzsüz bir enerji akışı sağlamak için bilhassa yararlıdır. Meridyenler eklemler boyunca aktığı için, eklemleri hareket ettirmek meridyenleri de hareketlendirir. Bu eklem hareketleri, akupunktur kanallarını açmak için Hiroshi Motoyama tarafından geliştirildi. "Yoga Oturuşları ve Akupunktur Meridyenleri Arasındaki İlişki" adlı broşürde bunları açıklamıştır.

3. Yerde dik olarak oturun ve ayaklarınızı uzatın. Ellerinizi kalçalarınızın yanında yere koyun ve kollarınızla destek alarak arkaya doğru kaykılın. Dikkatinizi ayak parmaklarınıza verin. Sadece ayak parmaklarınızı hareket ettirin. Ayaklarınızı oynatmadan onları esnetin. Bunu on kez tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1A.

4. Yukarıda anlatılan oturma pozisyonunda kalın. Ayak bileği eklemlerinizi mümkün olduğunca esnetin. On kez tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1B.

5. Hala Madde 3'te gösterilen durumda oturu-

yorsunuz. Bacaklarınızı biraz ayırın. Topuklarınız hala yerde olacak şekilde ayak bileklerinizi her iki tarafa onar kere döndürün.

6. Hala başlangıç pozisyonunda iken, sağ bacağı eğip, topuğunuz kaba etlere yaklaşacak biçimde mümkün olduğunca kaldırın. Topuk ya da ayak parmakları yere değmeden ayağınızı düzleştirin. Sağ ve sol bacak için onar kere tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1C.

7. Yine aynı oturma pozisyonunda, iki elinizle uylukları gövdeye doğru kaldırın, dizden aşağısını saat yönüne ve sonra da tersine olmak üzere onar kere döndürün. Bunu diğer bacak için de tekrarlayın.

8. Sol bacağınızı bükün, sol ayağınızı sağ uyluğun üzerine koyun. Sol dizinizi sol elinizle tutun, sağ el ile de sol ayak bileğinizi tutun. Sol elinizin yardımıyla, eğilmiş bacağı aşağı yukarı nazikçe hareket ettirin, sol bacak kaslarını olabildiğince gevşetin. Sağ diz için de aynı şeyi yapın. Bkz. Şekil 21-1D.

9. Madde 8'deki şekilde oturun, sağ dizi sağ kalça eklemi etrafında saat yönüne ve tersine onar kere döndürün. Sol diz için de aynısını yapın. Bkz. Şekil 21-1E.

10. Ayaklarınız önde uzanırken başlangıç pozisyonunda oturun, kolları omuz hizasına kaldırın. Her iki elin parmaklarını gerip esnetin. Sıkı yumruk olacak şekilde elleri kapatın. Bunu on kez tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1F.

11. Madde 10'daki pozisyonu devam ettirin. Kol bileklerini gerin ve esnetin. On kez tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1G.

12. Yine aynı pozisyonda, bilekleri on kez saat yönüne, on kez de tersine çevirin.

13. Aynı pozisyonda, ellerinizi avuç içleri yukarı bakacak şekilde uzatın. Kolları dirsekten bükün, parmak uçlarınızla omuzlara değin, sonra tekrar uzatın. İki kol için de onar kere uygulayın. Bkz. Şekil 21-1H.

14. Aynı egzersizi, parmak uçlarınızı omuzlardan ayırmadan ve dirsekleri mümkün olduğunca yukarıda tutarak yapın. Sonra dirsekleri indirin. İki kol için de onar kez tekrarlayın. Bkz. Şekil 21-1I.

15. Madde 14'teki pozisyonda, omuz eklemlerinizi döndürerek dirseklerinizi dairesel hareketlerle çevirin. Saat yönünde ve tersinde olmak üzere her iki kol için de onar kere yapın ve her döndürüşte daireyi biraz açmaya çalışın. Bkz. Şekil 21-1J.

Bu egzersizleri iyice öğrendiğinizde, parmaklar/bilekler, ayak parmakları/ayak bilekleri için verilen egzersizleri aynı zamanda yapabileceksiniz.

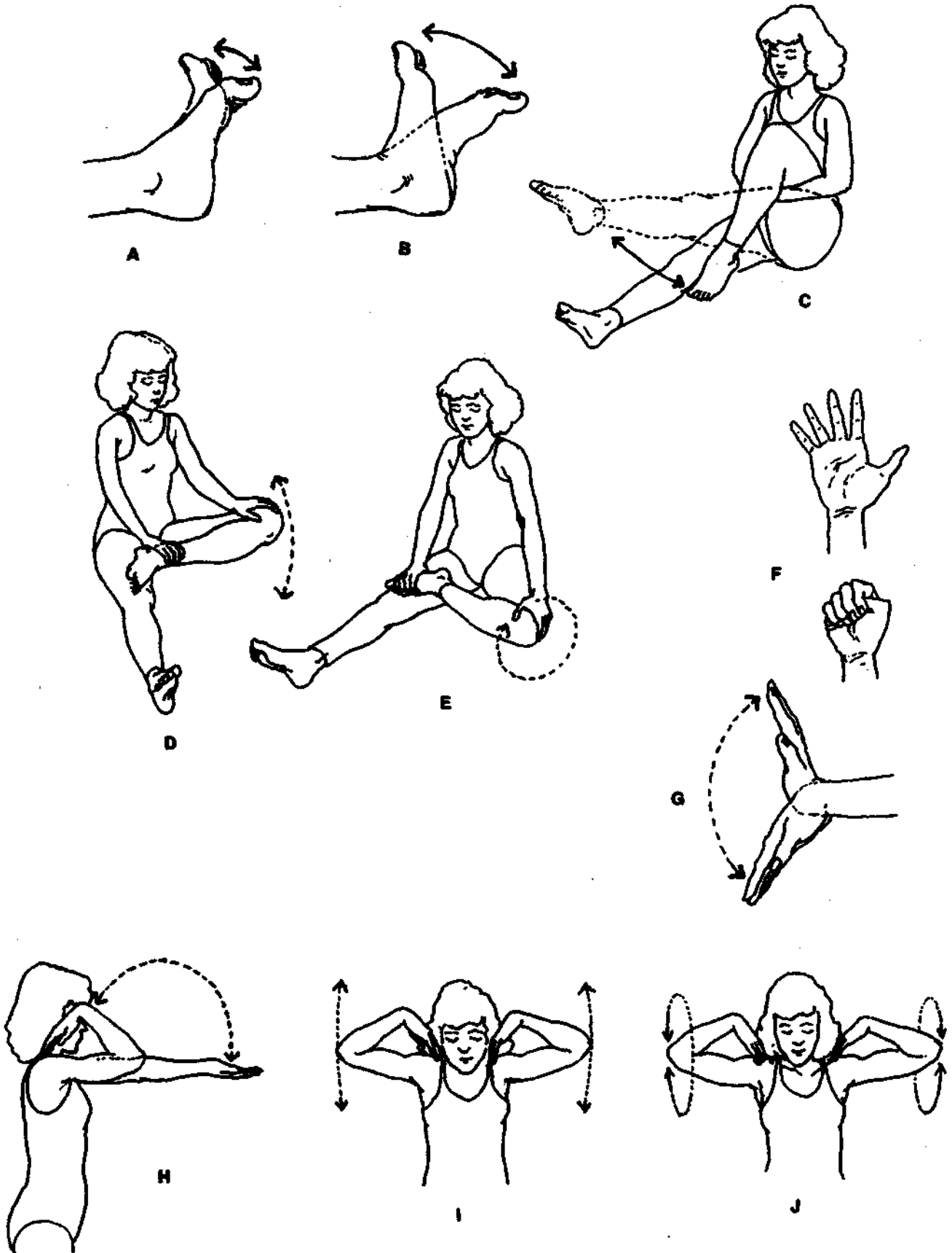
16. Şimdi nefes alıp vererek oturup kalkın. Bunu başlangıçta en az on kere yapın. Sonra yirmiyeye çıkarın.

17. Bacaklarınızı bükmeden ellerinizle ayak parmaklarınıza değmeye çalışın. Ayaklarınızı uzatmış oturur vaziyette olacaksınız. On kere tekrarlayın. Şimdi de yine dizleri bükmeden ayak parmaklarını tutmaya çalışın. Bunu kalkmadan üç dakika yapabilmelisiniz.

18. Şimdi bacaklarınızı olabildiğince açarak aynı hareketi önce sol, sonra sağ bacağa uzanarak yapın. Sonra öne doğru uzanarak tekrarlayın. Bu pozisyonda da üç dakika kalacaksınız.

19. Başınızı ve boynunuzu çevirin. Önce aşağı, sonra yukarı bakın. Bunu on kez tekrarlayın. Sonra da onar kez yanlara bakın. Boynunuzu esnetinceye kadar başınızı saat tarafına ve tersine döndürün.

20. Ayakta durun. Ayaklarınızı yetmiş santim kadar açın. Sağ kolunuzu başınızın üzerinden geçirerek sola eğilin. Bunu birkaç kez yapın. Bu kez sol kolunuzu başınızın üstünden geçirerek sağa eğilin ve bunu birkaç kez tekrarlayın.



Şekil 21-1. Eklem Egzersizleri

Şakraları Açmak ve Yüklemek için Günlük Egzersizler

Bunun için bildiğim üç ayrı egzersiz seti var. İlk fiziksel egzersiz seti ilk üç aura düzeyindeki şakraları açmak için birebir. İkinci set, astral düzeydekileri açıyor. Üçüncü set ise aurik sahadaki yüksek düzey şakralarını açan duruş ve nefes alma egzersizlerinden oluşuyor.

Egzersiz: Şakraları Açmak ve Yüklemek için Fiziksel Egzersizler (Aurik Alanın 1.-3. Düzeyleri)

Bu egzersizler Şekil 21-2'de gösterilmektedir.

Şakra 1. Ayaklarınızı biraz ayırarak, ayak parmakları ve dizler dizleriniz için rahat olacak bir açıda ayakta durun. Şimdi dizlerinizi bük bildiğiniz kadar bükün. Kaba etleriniz diz seviyenize inene kadar eğilin. Bunu birkaç kez tekrarlayın. Şimdi kasıklarınıza bir öne bir arkaya sallanma hareketi verin. Dizleriniz bükülene dek aşağıya doğru inerken kalçanızı üç kez öne arkaya sallayın, sonra yavaş yavaş doğrulurken kalçanızı yine üç kez arkadan öne doğru sallayın. Bu hareketin en can alıcı kısmı, dizleriniz iyice bükülüyken sallanmanızdır. Bunu en azından üç kez tekrarlayın.

Şakra 2. Ayaklarınızı omuz genişliğinde açın ve paralel tutun. Kalçanızı öne ve arkaya doğru yavaş hareketlerle sallayın. Bunu birkaç kez tekrarlayın.

Şimdi, cıllanması gereken bir silindirin içinde olduğunuzu hayal edin. Silindirin içini kalçalarınızın yardımıyla cıllayın. Ellerinizi kalçalarınıza koyun. Sonra dairesel hareketlerle döndürün, silindirin içini eşit biçimde cılladığınıza emin olun.

Şakra 3. Zıplama. Bunun için bir eşe ihtiyacınız var. Birbirinizin elini tutun. Biriniz desteklerken, diğeri zıplayacak. Atlarken dizlerinizi mümkün olduğu kadar karnınıza çekin. Birkaç dakika boyunca durmadan zıplayın. Dinlenin. Sonra da aynı hareketi eşinize yaptırın.

Şakra 4. Bu bir izometrik (ölçüleri eşit olan) duruş egzersizidir. Şekil 21-2'de gördüğünüz şekilde durun. Dirsekleriniz yere değmemeli. Kol-

larınız kaldırıcı görevi görecek. Kürek kemikleriniz arasında baskı hissedene kadar bacak ve kalçalarınızın açısını değiştirin (omuz kasları oldukça gelişmiş erkekler, bunu daha çok omuzlarında hissedecektir, dolayısıyla dikkatli olmak gerekir). Kürek kemikleriniz arasında bir basınç yaratmayı başardığınızda, tüm bedeninizi öne doğru iterek ve sonra geri çekerek izometrik basınç uygulayın. Bunu ayaklardan ve kalçalardan da yapabilirsiniz. Bu egzersiz kalp şakrası veya irade merkezinin arka kısmını çalıştırır.

Kalp şakrasının önü için fıçı ya da yumuşak divan benzeri bir şeye ya da biyoenerjetik tabureye ihtiyaç var. Sırtınızı bu pufa veya tabureye dayayın, ayaklarınız yere basmalıdır. Gevşeyin ve göğüs kaslarınızın gerilmesine izin verin.

Şakra 5. Baş ve boyun döndürme hareketleri. Başınızı şekilde gösterilen yönde birkaç kere oynatın. Yukarı aşağı, sağa sola. Sonra başınızı önce sola, sonra sağa yatırarak tam tersi yönde aşağı yukarı birkaç kez oynatın. Şimdi de başınızı daire oluşturacak şekilde iki yönde de döndüreceksiniz.

Boğaz şakrası şarkı söylemeye de olumlu tepki verir! Şarkı söyleyemiyorsanız, bir şekilde ses çıkarın.

Şakra 6. Şakra 5 için anlatılan egzersizleri gözlerinizle yapın.

Şakra 7. Başınızın üstünü sağ elinizle saat yönünde ovun.

Egzersiz: Şakraları Açmak için İmgeleme (Aurik Alanın 4. Düzeyi)

Bu egzersizi rahat bir sandalyede ya da yastıkta lotus pozisyonunda oturarak yapacaksınız. Sırtınızı dik tutun. Meditasyon egzersizlerinden biri ile zihninizi boşalttıktan sonra farkındalığınızı ilk şakranıza verin. Bunu saat yönünde dönen kırmızı bir ışık girdabı olarak görün (saat yönü, şakrayı vücudunuzun dışından gördüğünüz hali olarak ifade edilebilir). Koninin geniş tarafı sizin tam altınızdadır ve ucu da sizin omurganıza dönüktür. Onu dönerken seyrederken, kırmızıyla soluk alın. Kırmızıyla soluk verin. Soluk alırken kırmızıyı imgeleyin. Soluk verirken imgelemeyin, sadece çıkan rengi izleyin. Alışta ve veriş-

te kırmızıyı görene kadar bunu tekrarlayın. Eğer soluk verişteki kırmızı daha açık ya da kirli ise, kırmızı enerjilerinizi dengelemeniz gerek demektir. Açıkça, alanınızda daha fazla kırmızıya ihtiyacınız vardır. Daha kirli ise, alt şakranızı temizlemelisiniz. Bu egzersizi verdiğiniz ve aldığınız soluk aynı renk olana dek tekrarlayın. Bu, tüm şakralar için geçerlidir.

İlk şakranızın görüntüsünü bu şekilde korurken, pubik (kasık) kemiğinizin 5,5 cm üstünde yerleşik olan ikinci şakraya geçin. İki girdap imgeleyin. Biri vücudunuzun önünde, diğeri de arkasında. Parlak bir kırmızı-turuncu rengiyle saat yönünde döndüklerini görün. Kırmızı-turuncuyu soluk alın. Sonra soluk verin. Tekrarlayın. Soluk alış ve verişinizde aynı parlak kırmızı-turuncu rengi görene kadar tekrarlayın.

İlk iki şakranın görüntüsü aynı kalacak şekilde, solar pleksusta yer alan üçüncü şakraya geçin. Burada dönen iki sarı girdap imgeleyin. Sarıyı soluk alın. Sonra soluk verin. Soluk alış ve verişinizde aynı sarı rengi görene kadar tekrarlayın.

Kalbe geçin. Saat yönünde dönen yeşil girdapları görün. Renklerin nefes alışta ve verişte aynı olduğunu görene kadar tekrarlayın. Boğaz şakrasına gitmeden önce, (çoktan yüklemiş olduğunuz) diğer şakraları görebildiğinizden emin olun.

Boğazda, saat yönünde dönen mavi girdaplardan nefes alıp verin.

Üçüncü göz şakrasında, başın ön ve arka kısmında saat yönünde, menekşe renginde dönen girdapları imgeleyin. Nefes egzersizini burada da yapın.

Şimdi taç şakrasına geçeceksiniz. Buradaki renk yanardöner beyazdır ve başınızın üzerindedir. Saat yönünde döner. Parıldayan beyazı soluk alın. Parıldayan beyazı soluk verin. Tekrarlayın. Yedi şakranın da saat yönünde döndüğünü gördüğünüze emin olun. Omurganız boyunca inip çıkan dikey güç akımını görün. Nefes alışınızda nabız gibi atar. Tüm şakraların uçlarından bu akıma bağlandıklarını görün; taç şakrası üst giriş ve çıkış noktası durumundadır, kök şakrası da enerji akışı için alt giriş ve çıkışı oluşturur. Soluk alışınızda tüm şakralar boyunca oluşan enerji akımının nabız gibi atışını görün. Şimdi tüm ala-

nınız ışık enerjisiyle dolu. Bu, şifadan önce şakraları açmak ve yüklemek için yapılacak iyi bir egzersizdir.

Egzersiz: Şakraları Açmak ve Yüklemek İçin Nefes ve Duruş Egzersizleri (Aurik Alanın 5.-7. Düzeyleri)

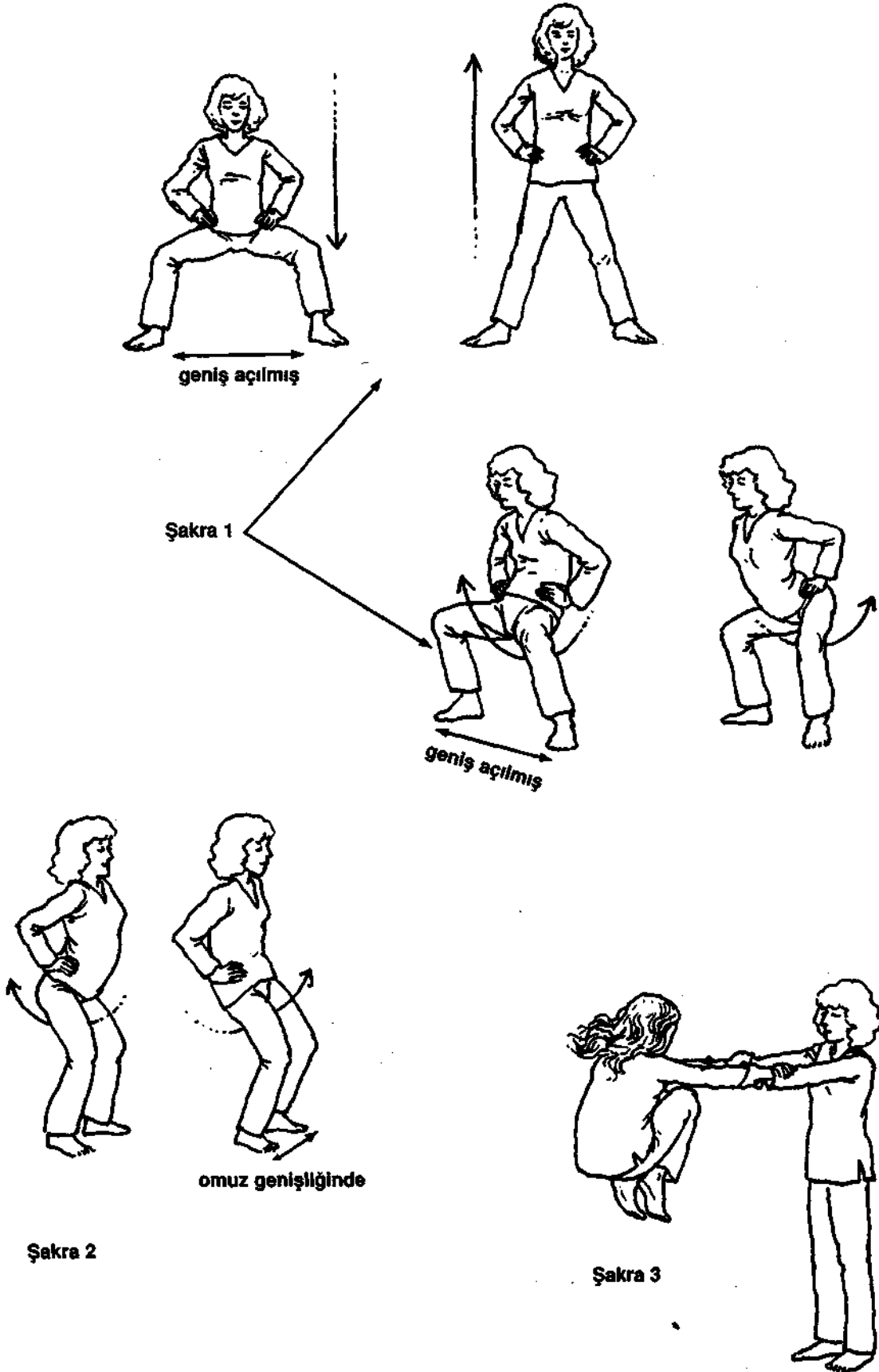
Aurik alanı yükleyen, parlatan, temizleyen ve güçlendiren en güçlü egzersizlerin; pozisyon, nefes ve omurga esnekliği üzerine yoğunlaşan Kundalini Yoga egzersizleri olduğuna inanıyorum. Bunları doğrudan bir Kundalini aşramında öğrenmekte fayda var ama bunları size anlatmaya çalışacağım. Şekil 21-3'te ayrı ayrı gösteriliyorlar.

Şakra 1. Topuklarınızın üzerine oturun. Ellerinizi uylukların üzerine koyun. Soluk alışta omurgayı kasık bölgesinde öne doğru, soluk verişte ise arkaya doğru esnetin. İsterseniz, her nefeste mantıra da kullanabilirsiniz. Birkaç kez tekrarlayın.

Şakra 2. Bağdaş kurarak yere oturun. Ayak bileklerinizi kavrayın ve derin bir soluk alın. Soluk alırken kasıklarınız arkada kalacak şekilde omurganızı öne esnetin ve göğsünüzü kaldırın; kasıklarınızın üst kısmını döndürün. Soluk verirken omurganızı geriye ve kasıklarınızı da üstüne oturduğunuz kemiklere yakın noktadan öne doğru esnetin. İsterseniz mantra kullanın ve birkaç kez tekrarlayın.

Şakra 2 için değişik bir duruş. Yere uzanın ve dirseklerinize dayanarak üst kısmınızı kaldırın. Bacaklarınızı yerden otuz santim kadar kaldırın. Bacaklarınızı açın ve soluk alın, soluk verirken bacakları gerin ve çaprazlayın. Bunu birkaç kez tekrarlayın. Bacakları biraz yükseltin ve tekrar yapın. Bunu bacaklarınız yerden seksen santim yükselinceye kadar yapın. Sonra aynı şekilde indirin. Dinlenin. Birkaç kez tekrarlayın.

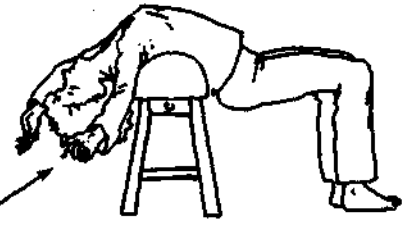
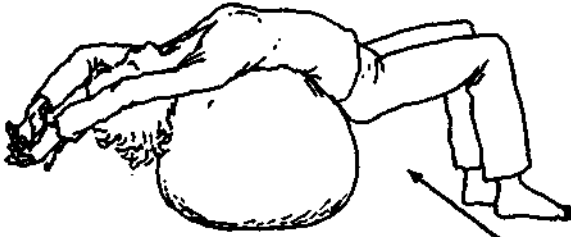
Şakra 3. Bağdaş kurarak yere oturun, omuzları parmaklarınızla önden kavrayın, başparmak arkada kalsın. Soluk alın ve sola dönün, soluk verin ve sağa dönün. Soluk alışınız uzun ve derin



Şekil 21-2. Şakrayı Yükleme ve Açmak için Fiziksel Egzersizler



Arka unsur
Şakra 4



Ön unsur
Şakra 4

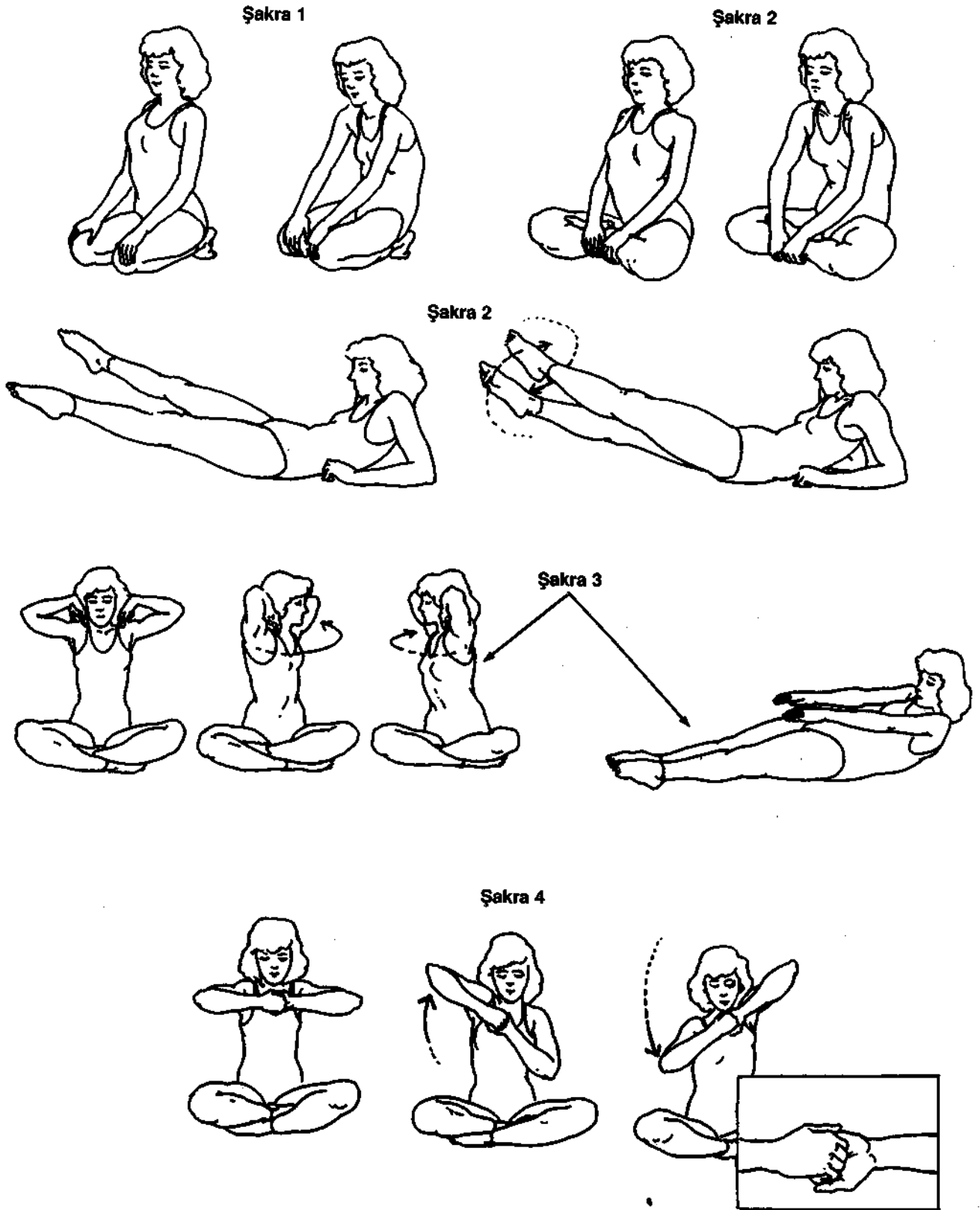


Şakra 5



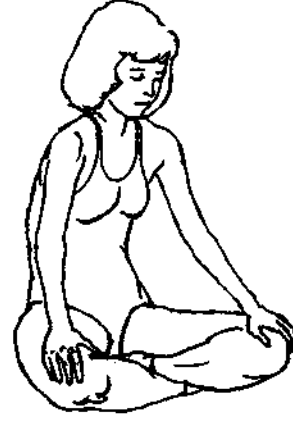
Şakra 6. Yukarıdaki hareketleri Şakra 5 için başınızdan daha çok gözlerinizi kullanarak tekrarlayınız.

Şakra 7. Amuda kalkın.



Şekil 21-3. Şakrayı Yükleme ve Açma için Duruş ve Nefes Egzersizleri

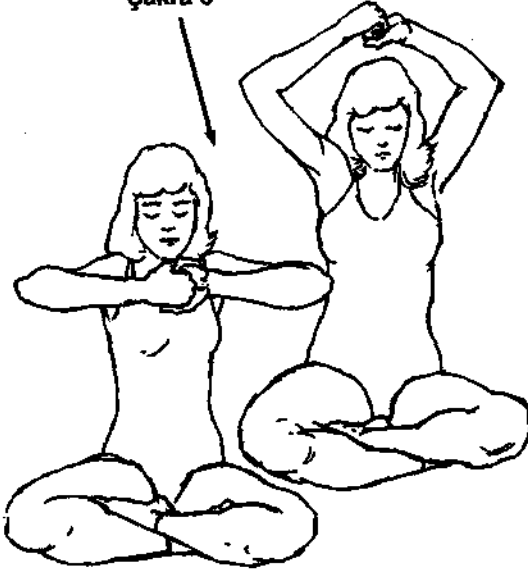
Şakra 5



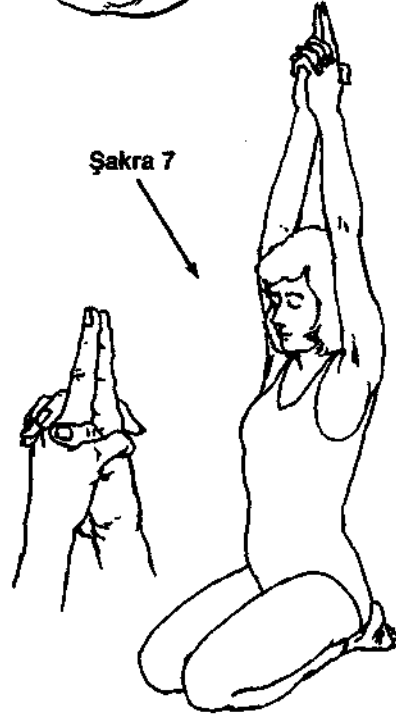
Şakra 5



Şakra 6



Şakra 7



Şekil 21-3. Şakrayı Yükleme ve Açmak için Duruş ve Nefes Egzersizleri (devam)

olmalı. Omurga dik durmalı. Birkaç kez tekrarlayın ve yönü değiştirin. Tekrarlayın ve bir dakika dinlenin.

Tüm egzersizi dizlerinizin üzerinde durarak tekrarlayın.

Şakra 3 için değişik bir duruş. Bacaklarınızı bitiştirip uzanın, topukları on beş santim kadar kaldırm. Baş ve omuzları da bu yükseklikte kaldırın, ayak parmaklarınıza bakın; ayak parmaklarınızı elinizin parmaklarıyla işaret edin, kollar dik olsun. Bu pozisyonda burnunuzdan sık nefes alarak 30'a kadar sayın. Gevşeyin, yine 30'a kadar sayarak dinlenin. Bunu birkaç kez tekrarlayın.

Şakra 4. Bağdaş kurarak yere oturun, ellerinizi kalp merkezinin önünde kenetleyin, dirsekler yanları gösterecek şekilde kenetleyin, dirsekler yanları gösterecek şekilde kenetleyin, dirsekler yanları gösterecek şekilde kenetleyin. Sonra dirsekleri bir tahtıravalli gibi aşağı yukarı hareket ettirin. Hareketlere uyarak yavaş ve derin soluk alıp verin. Bunu birkaç kez tekrarlayın, soluk alın, verin ve tutun. Bir dakika dinlenin.

Topuklarınızın üzerinde hareketi tekrarlayın. Bu enerjiyi daha çok artıracaktır.

Kalçanız topuklarınızın üstünde dursun.

Şakra 5. Bağdaş kurarak yere oturun, dizlerinizi kavrayın. Dirsekler düz olsun. Omurganın üst kısmını esnetmeye başlayın. Soluk alırken öne, soluk verirken arkaya bükülün. Birkaç kez tekrarlayın ve dinlenin.

Şimdi de soluk alırken omuzları kaldırarak ve soluk verirken indirerek omurgayı esneteceksiniz. Bunu da birkaç kez tekrarlayın. Soluk alın ve omuzlarınızı yukarıdayken 15 saniye sabit tutun. Gevşeyin.

Bu hareketleri topukların üzerinde durarak da tekrarlayın.

Şakra 6. Bağdaş kurarak yere oturun, ellerinizi boğaz seviyesinde kenetleyin. Soluk alın, soluğunuzu tutun, karnınızı ve büzgen (bir açıklığı veya tübü çevreleyen ve kapanmasına hizmet eden bir kas, sphincter) kaslarınızı sıkın, sanki dış macunu tüpünü sıkarak gibi enerjiyi yukarı itin. Kolları eller kenetlenmiş durumda başınızın üzerine doğru kaldırırken, enerjiyi başınızın üstünden salın. Tekrarlayın.

Şimdi de topuklarınızın üzerinde oturarak aynı hareketleri uygulayın.

Şakra 7. Bağdaş kurarak, kollar başınızın üzerine dik uzanmış olarak oturun. İşaret parmakları yukarıyı gösterecek şekilde parmaklarınızı kenetleyin. Soluk alırken göbeğinizi gerin ve "sat" deyin. Soluk verirken göbeğinizi gevşetin ve "nam" deyin. Bunu birkaç dakika hızlı nefes alıp vermelerle tekrarlayın. Sonra nefes alın ve enerjiyi omurganın altından başın tepesine doğru sıkıştırın ve önce büzgen kaslarda, sonra da karın kaslarında tutun. Soluğunuzu tutun. Sonra tüm kaslar büzülmüşken soluğunuzu salın. Gevşeyin. Dinlenin. Eğer "sat nam" işe yaramazsa, başka bir mantra kullanın.

Topuklarınızın üzerinde oturarak tekrarlayın. Dinlenin.

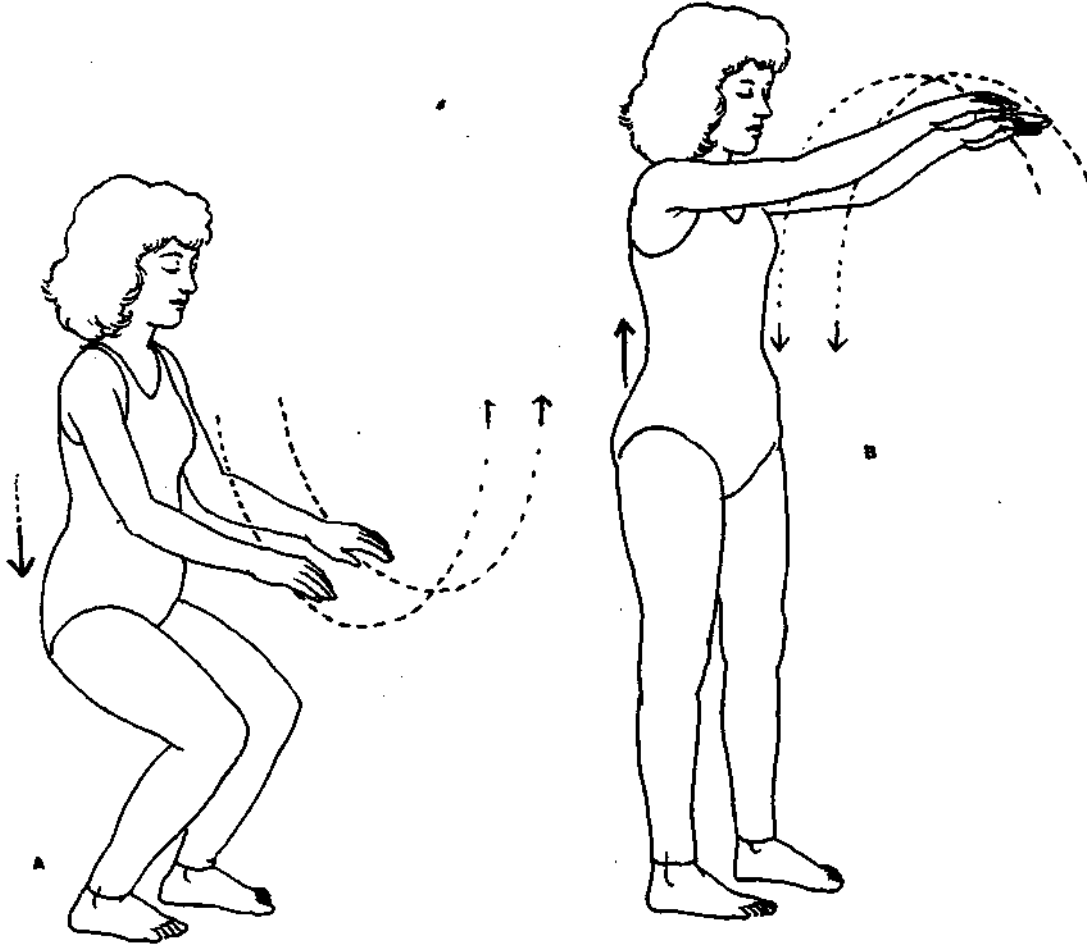
Mantra kullanmadan tekrarlayın. Bunun yerine burundan kısa kısa nefesler alın.

Şakra 7 için değişik bir poz. Bağdaş kurarak oturun. Dirsekler ve bilekler düz olacak şekilde kolları 60 derece yukarı kaldırın, avuç içleri yukarı baksın. Bir dakika boyunca burundan sık nefesler alarak genizden törpü sesli nefes tekniğini uygulayın. Soluk alın, soluğunuzu tutun ve 16 kere karnınızı içeri dışarı pompalayın. Nefesi bırakın ve gevşeyin. İki ya da üç kere bunu tekrarlayın. Dinlenin.

Egzersiz: Aurayı Yükleme için Renk Soluma Meditasyonu

Bacaklar paralel ve omuz açıklığında, dizleri yavaşça kırın ve düzeltin. Dizleri kırıldığında nefes verin, düzeltirken alın. Topuklarınıza değmeden olabildiğince dizlerinizi kırmaya gayret edin. Kollarınızı gevşetin. Sırtınız dik durumda olsun. Kasık bölgenizin alt kısmı biraz dışarı çıkık olsun.

Şimdi kollarınızı öne uzatın, avuç içleri aşağı dönük olsun. Zaten inip çıkmakta olan ellerinizle şekilde görüldüğü gibi dairesel bir hareket yapmaya başlayın. Yukarıya kalkarken kollarınız mümkün olduğunca ileri uzansın. Yukarıya kalkış hareketinin tepe noktasında kollarınızı (avuç



Şekil 21-4. Ayakta Renk Meditasyonu

içleri aşağıya dönük olmalı) bedeninize yaklaştı-
rın ve aşağıya iniş hareketinde vücudunuza ya-
kın kalmalarına izin verin. Hareketinizin dip
noktasında kollarınızı yine ileriye uzatın (Bkz.
Şekil 21-4).

Bu harekete imgeleme ekleyin. Elleriniz ve
ayaklarınız yardımıyla topraktan ve çevrenizde-
ki havadan renkleri soluduğunuzu imgeleyin.
Soluk verdikçe, renkleri de dışarı vermiş oluyor-
sunuz. Her rengi birkaç kere soluyun.

Kırmızı ile başlayın. Sonraki hareketin dip
noktasına ulaştığınızda, kırmızı soluyun. Aura
balonunuzun kırmızı ile dolduğunu görün. Ha-
reketin tepe noktasına ulaştıktan ve inmeye baş-
ladıktan sonra rengi dışarı verin. Şimdi yeniden
deneyin. Zihin gözünüzle kırmızı rengi görebili-
yor musunuz? Hayır ise, görebilene kadar egzer-
sizi tekrarlayın. Görmekte zorlandığınız renkler,

genellikle enerji alanınızda eksik olan renklerdir.
“Şakraları Açmak için İmgeleme” egzersizindeki
gibi, dışarı bıraktığınız rengi sadece gözleyin,
onu kontrol etmeyin. Parlak ve temiz olduğun-
da, bir sonraki renge geçebilirsiniz.

Şimdi yukarı doğru hareket ederken turun-
cuyu içinize çekin. Bunun ayaklarınızın altındaki
yerden içinize girmesine izin verin, oradan elle-
rinize ve ellerinizden de sizi çevreleyen havaya
karışsın. Bu renkleri imgelemekte zorluk çeki-
yorsanız, bakabileceğiniz renk örnekleri edinin
veya bu egzersizi gözleriniz kapalı yapabilirsi-
niz. Turuncu ile aynı egzersizi tekrarlayın.

Şimdi egzersizi sıradaki renklerle tekrarla-
yın: Sarı, yeşil, mavi, menekşe ve beyaz. Bir son-
raki renge geçmeden önce yumurta biçimindeki
auranızın söz konusu renk ile tamamen doldu-
ğunu görün. Bunlar şakralar için iyi renklerdir.

Auranıza daha yüksek titreşimler eklemek isterseniz, sıradaki renklerle devam edin: gümüş, altın, platin, kristal, sonra tekrar beyaz. Bu ikinci gruptaki renkler, yanardöner nitelikli olmalıdır.

Egzersiz: Topraklanma İçin Titreşim Egzersizi

Vücudunuzu titreştirmek, vücudunuzu istemsiz fiziksel titreşimler oluşturan bir gerilim pozisyonunda tutmaktır. Bu, enerji akışını artırır ve blokları kaldırır. Bu egzersizler biyoenerji terapilerinde ve Öz Enerjetik çalışmalarında çok iyi bilinirler.

Ayaklarınız birbirine paralel ve omuzlarınız genişliğinde açık olarak ayakta durun. Yukarıdaki aura yükleme egzersizlerini tamamladıktan sonra, eğilip kalkarken soluk alıp verin. Dizlerinizi bükmediğiniz kadar bükün, bırakın bacaklarınız yorulsun. Bunu yeterince uzun yaparsanız zaten bacaklarınız istemsiz olarak titremeye başlayacaklardır. Öyle olmazsa, topuklarınızın üzerinde zıplayın. Titreşimlerin bacaklarınızın üst kısmına ve kasıklarınıza çıkmasına izin verin. Çalışmayla, titreşimler zamanla tüm vücudunuza yayılacaktır. Bu, tüm vücutta güçlü bir enerji akımı oluşmasına yardım eder. Önce bunu hissedin, sonra vücudunuzun bir parçasındaki enerji akışını artıracak titreşimleri güçlendirecek egzersizler bulabilirsiniz. Bu durumda, birinci ve ikinci şakraya yerden gelen enerjiyi artırmak için kasıkların titreşim yaratması gerekecektir. Sonra, şifa durumunda, kasık bölgesini yavaşça arkaya doğru (oturur durumda iken), sonra yavaşça artan hızlarla sallayın. Bu, kasık bölgesinin titreşimini artırır. Tüm vücuttaki enerji akışını hissedeceksiniz.

Egzersiz: Merkezlenme İçin Oturma Meditasyonları

Şimdi 10 ya da 15 dakika meditasyon yapacaksınız. Sırtınızın dik ve rahat olması gerekir.

Zihninizi sessiz tutmak için tekrarlayacağınız iyi bir mantra var: "Sakinim ve Tanrı'nın be-

nimle olduğunu biliyorum." Şuurunuzu bu mantra üzerinde yoğunlaştırın. Zihninizin dağılmasına izin vermeyin.

Zihni sakın tutmanın bir başka iyi yolu da ona kadar saymaktır. Soluk alırken bir, verirken iki, alırken üç diye sayacak şekilde ona kadar sayın. Eğer sayılardan başka bir şey aklınıza gelirse, uzaklaştırmaya bakın. Bu meditasyon, zihninizin ne kadar dağınık olduğunu göstermek için birebirdir. Pek azımız zihnimizi hiç dağıtmadan bu şekilde ona kadar bir seferde gelebiliriz.

Şimdi, şifa günü için (büyük bir bardak su içtikten sonra) hazırsınız.

Şifa Mekanının Bakımı

Wilhelm Reich'in dediği gibi, şifa yapılacak odanın temiz olması, düşük enerji ve kötü titreşimlerden ve ölü orgon enerjisinden (ÖOE) arınmış olması gerekir. Mümkünse güneşe ve açık havaya bakan bir oda seçmek iyi olur. Adaçayı, sedir gibi tütsüler odayı temizlemeye yardımcı olur.

Bunun için kuru yeşil sedir ve kuru adaçayını bir kabın içinde yakmak yeterlidir. Amerikan Yerlilerinin geleneğine göre, dört elementi yani ateş, toprak, hava ve suyu simgeleyen abalone kabuğu tütsüleme için kullanılabilir. Eğer yoksa bir tava da kullanabilirsiniz. Sedir ve adaçayı yanmaya başladığında, alevi söndürün. Bir kapak kapamak en iyisidir. Bol bol duman çıkacak, dumanları odanın her tarafına yaymalısınız. Yine aynı geleneğe göre evin doğusundan başlayıp güneşin izlediği yol izlenerek (saat yönünde) hareket edilir. Duman çıkmaya başlamadan önce kapının açık olmasına dikkat edin. Duman, ÖOE'ni cezbedecek ve kapıdan dışarı çıkaracaktır.

Tütsüleme işini tamamlamak için ateşe biraz buğday da atabilirsiniz. Eğer kendinizi tıkanmış hissediyorsanız, dumanı kendiniz için de uygulayabilirsiniz. Amerikan Yerlilerinin geleneklerini öğrenmek için size Oh-Shinnah Dört Köşe Vakfı, 632 Oak Street, San Francisco, California 94117, ABD adresine başvurmanızı öneririm. Zaten Oh-Shinnah da onlarla çalışmaya başlamadan önce her hastasını tütsülemektedir. Bu, o çalışmaya başlamadan önce çok miktarda ÖOE'ni ortadan kaldırmaktadır. Bazı kişiler epsom tuzu

(İngiliz tuzu, müşil olarak kullanılan magnezyum sülfat) üstüne biraz alkol döküp bir tavada yakarak odada gezdiriyorlar.

Odanın çeşitli yerlerine konan kristaller de ölü orgon enerjisini toplar. Sonra onları temizlemek için dörtte bir çay kaşığı deniz tuzu ile 125 ml içme suyu karışımında gece boyunca bekletir. Eksi iyon jeneratörü de odayı temizlemeye yarar. Havalandırmasız ya da floresan ışığı ile aydınlatılan bir odada asla çalışmayın. Bu ışıklar auranın normal titreşimine müdahale eden bir frekans üretirler ve bu nedenle alanda bir vuruş frekansının oluşmasına neden olurlar.

Eğer havalandırması olmayan ya da floresanla aydınlatılmış bir odada çalışırsanız muhtemelen hastalanacaksınız. ÖOE vücudunuza toplanır, titreşimlerinize yavaşlar ve zayıflar. İşinizi bırakmak zorunda kalırsınız, enerji sisteminizin kendini temizlemesi de aylar alır. Enerji frekansınız ile birlikte duyarlılığınızın da azaldığını fark edebilirsiniz.

Şifacının Bakımı

Eğer ÖOE enerjisi biriktirdiğinizi anlarsanız, auranızı temizlemek için 450 gram deniz tuzu ve 450 gram kabartma tozu katılmış ılık su ile 20 dakikalık bir banyo iyi gelecektir. Bu banyo, vücudunuzdan fazla oranda enerjinin çıkmasına yol açacağından, banyodan sonra dinlenmeye hazır olmalısınız. Güneşli bir yere uzanmak sisteminizi yeniden yüklemeye yardım edecektir. Sezginizi kullanın; vücudunuz ne kadar gerektiğini size haber verecektir. Bu banyoları, kendinizi temizlemek için haftada birkaç kez yapmanız gerekebilir.

Şifacı ve hasta, seanstan sonra birer bardak su içmelidir. Sisteminizden suyun geçişi vücuttaki ÖOE ve şişkinliğin önlenmesine yardımcı olur. Paradoks gibi gelebilir ama şişkinlik, yeterince su içmemekten meydana gelir. Vücudunuz, ÖOE enerjisini hücrelere yayılmadan suyun içinde tutmak için suyu biriktirince şişkinlik oluşur.

Kristaller de şifacının enerji sisteminin korumaya yardımcı olur. Solar pleksus üzerine takılacak kuvars ya da ametist kristal, alanınızı güçlendirecek ve sızıntıyı önleyecektir. Kalp şakrası-

nın üzerine takılan gül pembesi kuvars kalbi korur. Kristallerle şifa hakkında anlatılacak o kadar çok şey var ki. Ben genelde şifada kendi taktığım ametist ya da gül pembesi kuvarsa ek olarak hastanın üstünde dört kristal kullanırım: Hastanın sol eline (kalp meridyeni) büyük gül pembesi bir kuvars koyarım, sağ eline de büyük şeffaf bir kuvars. Bunlar, seans sırasında açığa salınan ÖOE enerjisini emerler. Demir tortulu büyük bir ametist de hastanın birinci ya da ikinci şakrasının titreşimini korumak için kullanırım. Demir, hastayı topraklanmış halde tutar. Kristaller hastayı vücut içinde tutmaya yararlar. Solar pleksusa konulacak dumanlı bir kuvars buna yardımcı olur.

Eğer bir kristal takıyorsanız vücudunuz için doğru olanı taktığınızdan emin olmalısınız. Kristal eğer çok güçlü ise, alansal titreşimi fazla artıracak ve alanınızı tüketecektir çünkü temel metabolizma hızınız kristalin alanınızda endüklediği orana yetiyecek kadar güçlü olmayabilir; yani daha yüksek titreşimlere yetişişi için alanınıza yeterli enerji desteğini veremeyeceksiniz. Dolayısıyla enerji kaybedersiniz. Alanınızdan az miktarda daha güçlü bir kristal seçecek olursanız alanınızı güçlendirirsiniz.

Eğer alanınızın titreşiminden zayıf bir kristal takarsanız, bu da titreşiminizi azaltacaktır. Yani hangi kristalin nasıl bir etkisi olduğunu bilmeniz iyi olur. Alanınız güçlendikçe zamanla daha güçlü kristaller seçmeye başlarsınız. Duruma göre de, yaşamın değişik zamanlarında farklı kristallere gereksinim duyabilirsiniz.

Eski mücevher ya da hatıra eşyası şeklindeki kristaller, önceki sahiplerinin enerjilerini taşırlar ve dolayısıyla temizlenmeleri gerekir. Bunun için çeyrek çay kaşığı deniz tuzu ile çeyrek litre deniz ya da kaynak suyunda bir hafta bekletmek gerekir. Artık pek çok kristal mağazası ve atölye çalışması mevcut. Benim tavsiyem, eğer kristal kullanmayı istiyorsanız bunlardan birine gitmeniz ve kullanmadan önce kristaller hakkında yeni şeyler öğrenmenizdir.

Şifa seanslarımda bir masaj masası ve döner tekerlekli bir sandalye kullanıyorum. Böylece tüm günü ayakta geçirmiyorum, sırtıma da dayanacak bir yer sağlıyor. Sandalyenin tekerlekli olması hareket özgürlüğü veriyor, seans sırasında duruma göre ya oturuyor ya da ayakta duru-

yorum. Ayrıca ayakları yağlamak için yağ da kullanıyorum. Bu, enerjinin vücuda girişine yardımcı oluyor.

En önemli şeylerden biri, şifacının sağlıklı kalabilmek için kendine ait zamana ve bir mekana sahip olmasıdır. Bu da kolay değil, çünkü hastalardan yoğun talepler geliyor. Ancak talep ne kadar büyük olursa olsun, şifacının "Hayır, şimdi kendime zaman ayırmam gerek," diyebilmesi şarttır. Bu durumda, zamana ihtiyacınız olunca her ne olursa olsun, kendinize o zamanı ayırmalısınız. Eğer bunu yapmazsanız enerjinizi tüketirsiniz ve bu da uygulama yapmayı bir süre de olsa zaten bırakmanızı gerektirecektir. Artık verecek bir şey kalmayana dek ertelemeyin. Şimdi dinlenin. Hobilerinize, özel zevklerinize zaman ayırın. Şifacının kendi ihtiyaçlarını karşılayabilecek kişisel bir yaşam sürdürmesi gerekir. Aksi takdirde, bu ihtiyaçlarının karşılanmasını hastalarından bekleyebilir. Hastalara bağımlı olmanın sonucu iyi olmaz ve şifa sürecine olumsuz yansır. Şifacı için altın kural şudur: *Önce kendiniz ve kendinizi besleyen şeyler gelir, sonra düşünmek için derin bir mola ve sonra da diğerlerinin beslenmesi.* Bunu yapmayan şifacılar enerji tüketiminin fazlalığından dolayı hastalık riski altındadırlar.

Hatırlayalım:

1. Akupunktur kanallarını açan egzersizleri açıklayın. Neden işe yararlar?
2. Şifacının aurik alanını temizleyen egzersizleri açıklayın.
3. Şifa seansından önce şifacının yapması gereken iki şey nedir?
4. Neden şifacı su içmelidir?
5. Odayı ölü orgon enerjisinden (ÖOE) nasıl arındırırsınız? Üç yolunu söyleyin.
6. Şifacı seans mekanının bakımını nasıl yapmalıdır? Kendi enerji alanı için yine ne yapmalıdır? Yapmazsa ne olur?
7. Şifa seansı sırasında ÖOE almamak için ne yapmanız gerekir?
8. Şifa mekanını gerektiği şekilde temiz tutacak üç yol nedir?
9. Hastanın evi yerine, belirli bir şifa mekanında seans yapmak genelde neden daha kolaydır?
10. Eğer şifa sırasında ÖOE alırsanız kendi alanınızı nasıl temizlersiniz?
11. Kristallerin şifadaki en az üç faydasını açıklayın.
12. Kristal takarken hasta olmanızın nedeni ne olabilir? Ne gibi etkileri olur?

TAM SPEKTRUM ŞİFASI

Şifa hakkında bilinmesi gereken önemli bir şey; kişinin şifa seansı sırasında auranın farklı katmanları üzerinde çalıştığı ve her bir katman için yapılacak çalışmanın diğer katmanlar için olandan çok farklı olmasıdır. Bu, şifa uygulamasında iyice deneyim kazandıkça daha iyi anlaşılır. Diğer bir temel nokta da, "Bilgiye Doğrudan Erişim" başlıklı bölümde belirtildiği gibi şifa veren enerjilerin kalp şakrasında maddeden ruhsala ve ruhsaldan maddeye dönüştürüldüğüdür.

Egzersiz: Bir Şifa Günü İçin Güç Toplamak

Herhangi bir hasta ile seansa başlamadan önce kendinizi erişebildiğiniz en yüksek enerjilerle hizalamak ve alanınıza enerji girmesine izin vermek üzere tüm şakralarınızı temizlemek ve yüklemek için önceki kısımda verilen egzersizleri yapmak çok önemlidir. Bu meditasyon egzersizleri birkaç ay yapıldıktan sonra daha rahat yapılır hale geleceklerdir. Bir şifa gününden önce enerji toplamak ve amaçlarınız üstünde odaklanmak çok önemlidir. Bir akşam önce ya da o günün sabahı meditasyon yapmak gerekir. Her hasta için bir dakika ayırın. Zihninizi bomboş tutun ve enerji alırken her hasta için bir dakika ayırın. Bir başka teknik de, enerji alırken zihninizi hastalar üstünde yoğunlaştırın ve diğer düşüncelerden uzaklaştırın. Konsantrasyon için yine birer dakika ayırabilirsiniz. Enerjinin içinize aktığını hissedin ya da imgeleyin. Ayrıca "Yüksek İşıtsel Algılama ve Ruhsal Öğretmenlerle İletişim" başlıklı bölümde verilen ayırt etme egzersizlerine de ihtiyacınız olacak. Bu konularda deneyimli birkaç arkadaşınızdan destek almanız iyi olur. Bu ikisi -yani ayırt etme ve destek- seçmeli değil, şifa sırasında kanal olmak isteyen herkes için bir ön şarttır. Bu çok derin bir çalışmadır ve asla hafife alınmamalı, bir eğlence gibi görülmemelidir.

Bu tekniklerin kötüye kullanımı; uygun ruhsal disiplini olmadan kanallaşmaya kalkışan kişiye zarar verme olasılığı yüksek hiç de hoş olmayan olaylara sebebiyet verebilir, sıklıkla da durum böyle olmaktadır. Kanallaşma, aslında ruhsal disiplinin bir yan ürünüdür. Kişi ancak bu gereklilikler yerine getirildiğinde, alanına rehberlerin girmesine izin verir ve bu bölümde göreceğiniz egzersizlere geçebilir. Şimdilik, hastalarınızla buluşmadan önce "Şifaya Hazırlık" başlıklı bölümdeki egzersizleri uygulayın.

Hastanızı selamladıktan sonra, daha önce beraber çalışmamış iseniz nasıl bir gidişat uygulayacağınızı kısaca tarif edin. Şifacının, olabildiğince hastanın anlayacağı dilde konuşması çok önemlidir. Olabildiğince basit anlatın. Hastanın aura ve şifayla ilgili ön bilgisi olduğunu görürseniz, o anlayış düzeyine göre anlatın. İletişim için ortak zemini saptamak için aura ve şifa hakkında hastanın genel anlayış düzeyini hızla belirlemelisiniz. Bu, hastayı rahatlatacak ve işinizi kolaylaştıracaktır.

Bir şifa seansında, önce genellikle düşük aurik bedenlerle çalışır, sonra yüksek bedenlere geçerim. Şekil 22-1'de verilen şifa sıralaması özeti, aşağıdaki ayrıntılı açıklamayı anlamanızı kolaylaştırabilir.

Şekil 22-1 ŞİFA SIRALAMASI

1. Hastanın enerji sisteminin genel analizi
2. Şifada kullanılacak üç enerji sisteminin hizaya sokulması: şifacının, hastanın ve rehberlerin ve de Evrensel Enerji Alanının enerji sistemleri
3. Aşağı bedenlere şifa vermek (1., 2., 3. ve 4. aura katmanları)
 - a. Şelasyon: Hastanın aurasını temizleme ve yükleme

- b. Omurga temizlenmesi
- c. Hastanın aurasının belirli kısımlarının temizlenmesi
- 4. Esiri kalıbın şifası (ruhsal cerrahi) (auranın 5. katmanı)
- 5. Ketherik kalıbın şifası (tekrar yapılanma) (auranın 7. katmanı)
 - a. Ketherik kalıp organlarının tekrar yapılan-dırılması
 - b. Ketherik kalıp şakralarının tekrar yapılan-dırılması
- 6. Göksel düzeyin temizlenmesi (auranın 6. katmanı)
- 7. Kozmik düzeyde şifa (auranın 8. ve 9. katmanları)

AYRINTILI ŞİFA SIRALAMASI

1. Hastanın Enerji Sisteminin Genel Analizi

Şifaya ilk kez başlarken, genel bir enerjetik vücut analizi yaparım ve hastanın enerji sistemini genel olarak nasıl kullandığına karar veririm, karakter yapısına karar vermek için fiziksel özelliklerini not ederim. Yapıyı gördüğüm zaman, kapanmış şakralarla nasıl çalışacağımı daha iyi bilirim. Kişinin önümde, ayakları paralel ve omuz açıklığında duruyor olması gerekir. Ahenkli bir şekilde soluk alıp verirken dizlerini büküp düzeltmesini isterim. Bu, hastanın enerjisini nasıl yönlendirdiğine ve böylece hastalığa neyin sebep olduğuna dair ipucu verir. Örneğin, enerji akışı bacaklarda düzgün ve eşit biçimde sağlanamıyordur; vücudun bir kısmındaki enerji akışı diğer taraftakinden fazladır vs. Tüm bu dengesizlikler, hastanın içinde bulunduğu zihinsel ve duygusal durumlarla ilgilidir. Örneğin, sevmekten korkan biri kalp bölgesi yakınında arka tarafta (irade merkezine) daha fazla enerji gönderiyor ve kalp merkezini beslemesi gereken enerjiyi yanlış yönlendiriyor, demektir.

Hastanın sistemini nasıl kullandığını anladıktan sonra sarkaç yardımıyla şakra analizine başlarım. Şimdi, problemi fiziksel olarak "oku-yorum" demektir.

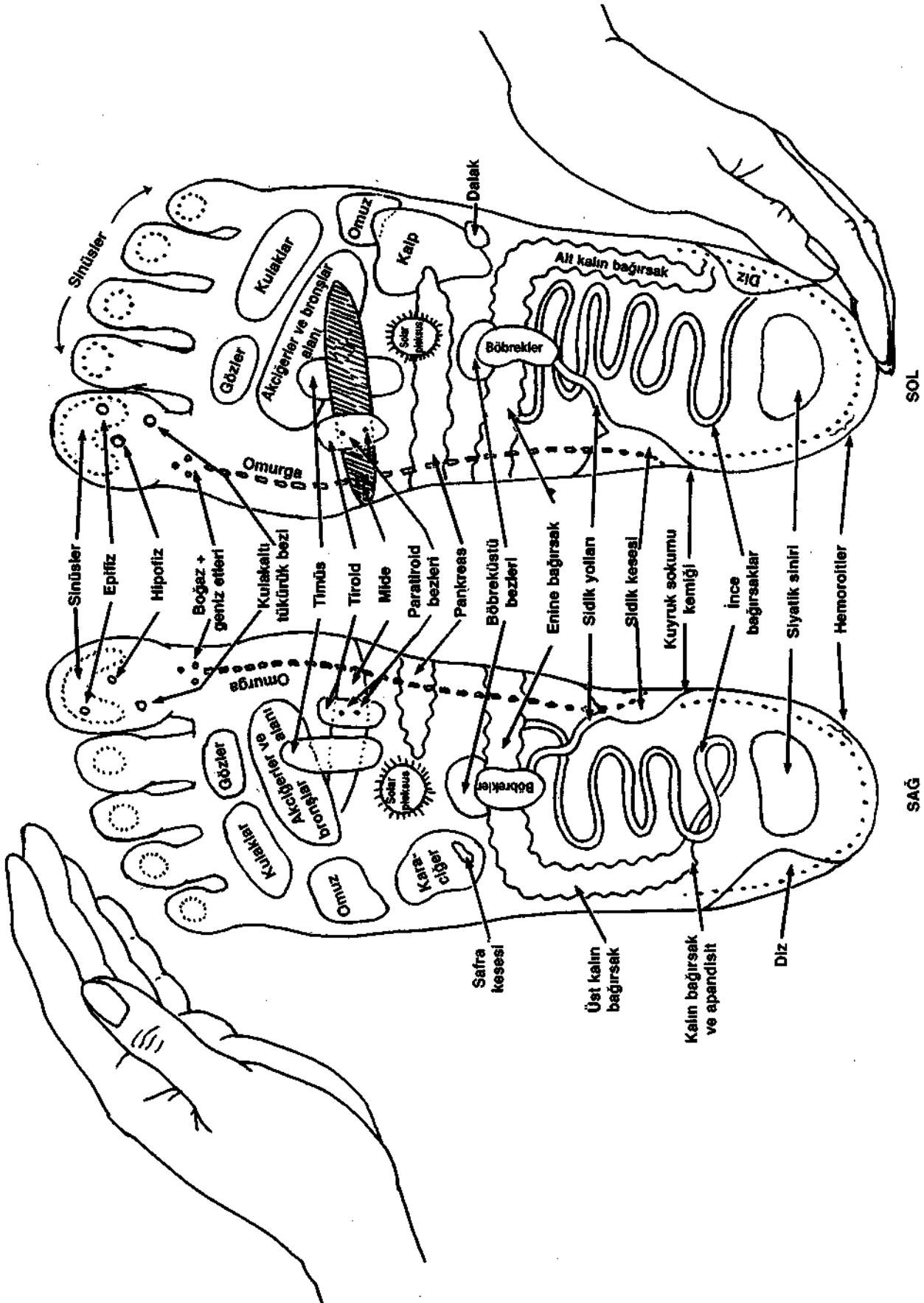
Yeni başlayanlar için, fizik beden yapısına bakmanızı öneririm. Karakter yapısı hakkında öğrendiklerinizle bunu karşılaştırın. Hangi ka-

rakter yapısı daha baskın? O zaman, bu yapıyla ilgili psikodinamikler neler olacaktır? Hangi şakraların işleyişinde hata olması muhtemeldir? "Ana Karakter Yapılarında Aura ve Şakra Örnekleri" başlıklı bölümdeki tabloyu tekrar gözden geçirin. Bu bilgiler size sorunun sebebi, irade, duygu, kişiliğin aktif ve pasif yönleri ile ilgili ipucu verecektir. Ayrıca her bir şakranın psikodinamik olarak temsil ettiği alanlarda kişinin nasıl işlev gördüğünü de anlamanızı sağlayacaktır. Fizik beden yapısına bakın. Bu bilgiler benlik hakkında daha derin bilgi sahibi olmayı ve bunun gün be gün nasıl işlediğini anlamayı sağlar.

Hastaya ayakkabılarını, varsa takılarını çıkararak (normal enerji çizgilerine olumsuz etki-de bulunabilirler) masaj masasına uzanmasını söylerim. (Bu noktada "Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" başlıklı bölümde anlatıldığı gibi sarkaç ile şakra okuması yapabilirsiniz.) Eğer hasta rahat etmiyorsa kristalleri kullanmam. Geçen kısımda anlatıldığı gibi kristal kullanırken hastanın sol eline gül pembesi bir kuvars, sağ eline ise büyük şeffaf bir kuvars koyarım. Hastanın alanının güçlü biçimde nabız gibi atmasını ve hastayı topraklamayı sürekli kılmak için ikinci ya da birinci şakralar üstüne koyduğum demir tortulu ametist de kullandığım bir diğer kristaldır. Kullandığım dördüncü kristal ise, benim kepçem. Bu, dört santim genişliğinde ve on santim uzunluğunda bir kuvars. Daha büyük olanı elde git-tikçe ağırlaşıyor, daha küçüğü ise enerji akımını sağlayamıyor. Bu kristal, ucundan adeta bir lazer gibi güçlü beyaz bir ışık demeti yayıyor ve aura-da birikmiş gereksiz şeyleri yerinden koparıyor. Bunu, şifanın "temizleyici" parçası olarak kullanıyorum.

2. Şifacının, Hastanın ve Rehberlerin Enerji Sistemlerinin Hizalanması

Kişinin, hasta ile ilk fiziksel temasa geçmeden önce hep mevcut olan yüksek enerjilerle kendisini hizalaması büyük önem taşır. Bunu yapmak için "Şifaya Hazırlık" bölümündeki egzersizlerde anlatıldığı gibi enerjimi hızlı bir şekilde şakralarım da toplarım. Bunu yaparken birlik şuurundan ve evrensel ışık güçlerinden yararlanırım. Fısıltıyla ya da yüksek sesle dua ederim: "Birlik Şuuru ve evrensel ışık güçleri adına sevgi, hakikat



Şekil 22-2. Ayak Refleksolojisinin Ana Noktaları

ve şifa için kanal olayım.” Bunu Evrensel Birlik, Tanrı, Işık, Kutsalların Kutsalı gibi kavramları kullanarak da yapabilirsiniz. Sonra gözlerinizi kapatıp sessizliği sağlıyorum, burnumdan derin soluklar alıyorum ve havanın damağımın üst arka tarafında törpü sesleri çıkarmasını sağlıyorum. Hastanın ayaklarının önüne oturuyorum ve başparmaklarımı ayağın altındaki solar plexus refleksi noktasına bastırıyorum. Ayak refleksolojisi olarak tanımlanan bu yapıyı Şekil 22-2’de görüyorsunuz. Sonra, şu üç enerji sistemini hizalamak için hastanın üstüne yoğunlaşıyorum: hastamunki, benimki ve ışığın büyük güçlerini. Bu, şifacının bedeninin taç şakrasına doğru taranması ve ardından hastanın bedeninin taç şakrasına kadar taranması ile gerçekleştirilir. Bundan sonra, ayaklardaki refleks noktalarına dokunarak organlara bakılır ve her birindeki enerji durumu saptanır. En önemlileri, ana organlar ve omurgaya ait refleks noktalarıdır.

Ayağın altındaki dengesiz noktalar ya çok yumuşak ya da çok sert olur. Eğer bastırıp parmağınızı çektiğinizde et gömülü vaziyette kalıyorsa yeterince esnek değil demektir. Çok esnek ya da çok katı olabilir. Sanki kas spazmıymış gibi hissedilebilir. Enerji akışını bu noktalardan anlamamanın bir diğer yolu, sanki enerji fışkırtan küçük birer fıskiye ya da derinin altına inen minik girdaplar gibi hissedilmesidir. Bu, dengesiz akupunktur noktaları için de geçerlidir. Akupunktur noktaları minik şakralar ya da enerji girdapları gibi görünürler. Dengesiz olanlar, ya enerji püskürtürler ya da girdap gibi enerji emerler. Enerjiye ihtiyaç olan noktalardan enerji geçirmeniz iyi olur.

A. Şifa için Kanallaşma

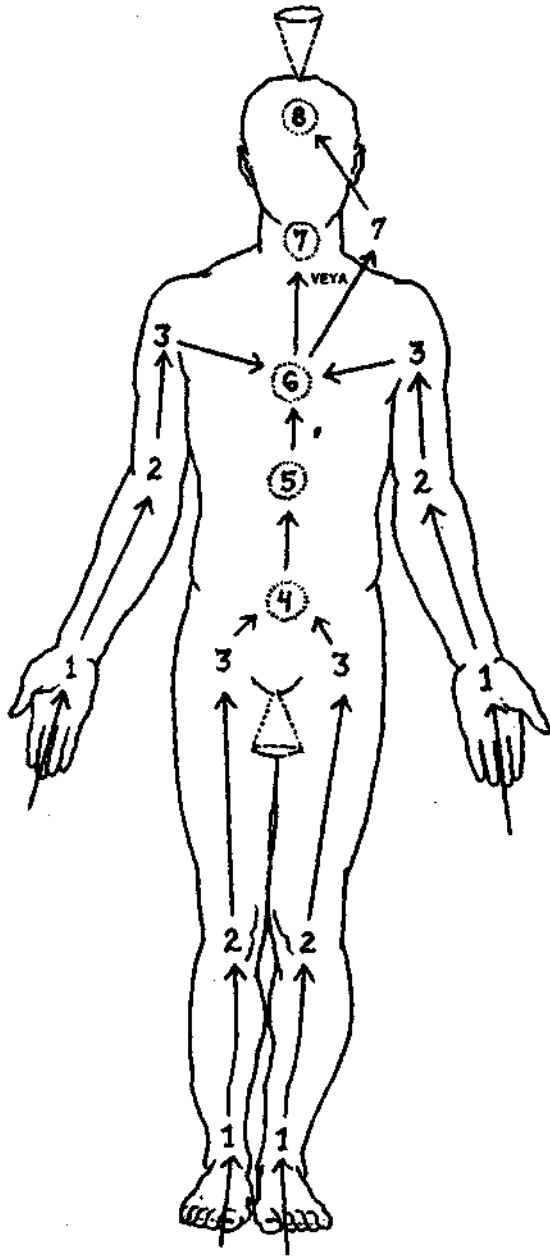
Şifa sıralaması hakkında deneyim kazandıkça, bilgi almada kanallaşmaya değişik boyutlar katabilirsiniz. Şifa için kanallaşmada, enerji alanınızın rehberleriniz tarafından daha etkili kullanılmasını iki ana yolla sağlayabilirsiniz. İlki, farklı ışık düzeyi ya da titreşimlerin alanınızdan geçmesine izin vermenizdir. Bunların renk ve yoğunlukları genellikle ruhsal rehber tarafından seçilir. Kanallaşan kişi sadece beyaz ışık ya da birlik şuuru ışıyla hizalanmış halde kalır. İkinci yol, rehberlerin kısmen sizin alanınıza girmesine

ve hastanın alanında doğrudan yönlendirmeyle çalışmasına izin vermektir. Her iki durumda da, ellerinizin ruhsal rehberiniz tarafından yönlendirilmesine izin verin. İlk durumda, rehber ve el hareketleri geneldir ve ellerinizi hastanın ayakları üzerine koyduğunuz anda başlar. İkincisinde, ikisi de karmaşıktır ve genellikle alanın yüksek düzeylerinde (5.-7.) yapılır. Çoğu zaman rehber ellerini, şifacının ellerinden geçirerek, hastanın bedeninin içine ulaşır. Bu, şifacının müdahale etmemeye çok dikkat göstermesi gereken bir durumdur. Örneğin, beşinci aurik düzey şifasında siz yorgunsanız ve rehberin de durumu ele alması gerekiyorsa, bir anlaşma anı belirlenir ve enerjetik ara verilir. Eli erkenden çekivermek genelde sıçrayarak tepki verecek hasta için bir enerjetik şok yaratabilir. Böylece her şeye baştan başlamak zorunda kalabilirsiniz. Deneyim kazandıkça bu gibi ara verilmesi gereken durumlar ve yöntemleri hakkında daha seri davranır hale geleceksiniz.

3. Dört Aşağı Aurik Katmanda Şifa

A. Şelasyon: Hastanın Aurasını Temizleme ve Yükleme

Şelasyon (orj. chelation) terimi, Yunan dilinde yer alan chele kelimesinden türemiştir ve “pençe” anlamına gelir. Vaiz Rosalyn Bruyere bu tekniğin kurucusudur ve söz konusu terimi de alana o kazandırmıştır. Şelasyon aynı zamanda aurayı enerji ile doldurur, onu sanki bir balon gibi şişirir ve de dengeyi sağlar. Bu, ayaklardan başlayarak aşamalar halinde bedenden enerji akıtılarak gerçekleştirilir. Enerji akışının doğal haliyle olmasında fayda vardır; bu, tüm sistemde sağlık ve dengeyi sağlayıp sürdürmek açısından önemlidir. Demek ki enerji, bedende ayaklardan başlayarak akar, çünkü enerji normalde topraktan (dünyadan) ilk şakra yardımıyla alınır. Bu toprak enerjileri, fizik bedeninin şifasında önemlidirler çünkü bunlar düşük fiziksel titreşimlerdir. Dolayısıyla tükenmiş bir sisteme en doğal yolla enerji akıtıyorsunuz, demektir. Bu şekilde, enerji vücutta gereken yer neresi ise oraya doğru akacaktır. Öte yandan, rahatsız olan bölgeden başlarsanız, enerji beden, enerjiyi giriş kısmını beslemeye başlamadan önce başka bir bölgeye taşıyabilir. Bu doğal olmayan akış olduğu için etkili olmaya-



Şekil 22-3. Şelasyon Grafiği

caktır. Şekil 22-3'teki şelasyon tablosunu inceleyin. Bunun ardından gelen şekiller, şifanın aura üzerindeki etkisini görmenize yardımcı olacaktır.

Mary bana ilk kez geldiğinde, aurik sahası tıkalıydı ve dengesizdi (Şekil 22-4). Dizlerde, kaksık bölgesinde, solar pleksusta ve omuzlarda koyu kırmızı ve kahverengi bloklar vardı. Solar pleksus şakrasında bozulma vardı; üst sol bölümünde dışarı fırlamış bir yaya benzeyen minik bir girdaba sahipti. Bu bozulma, alanın altıncı ve

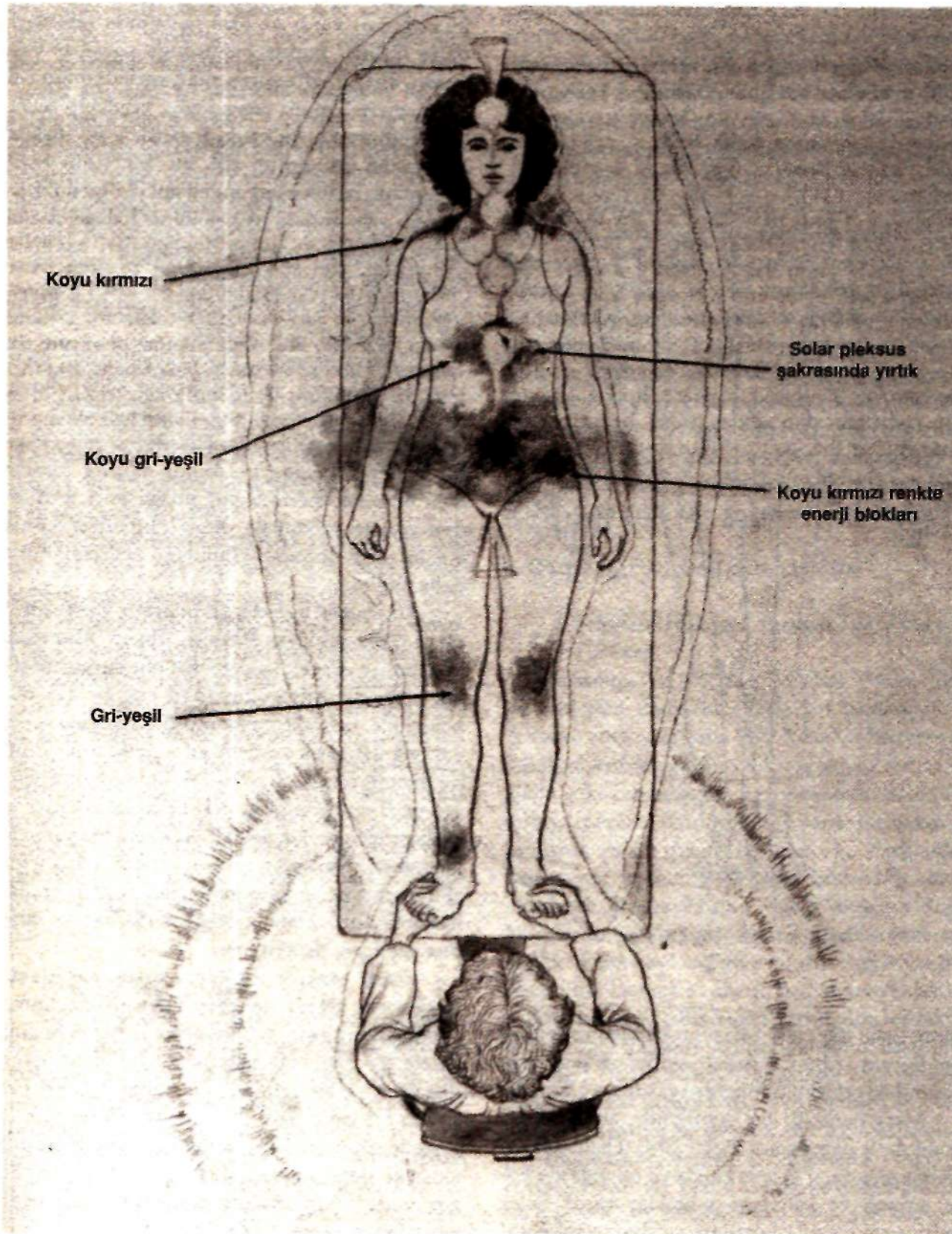
yedinci şakralarına da yayılmıştı. Bu konfigürasyon fıtıkla ilişkiliydi. Mary'nin bu bölgede yoğun ağrıları vardı ve özel hayatında insanlarla derin ilişkiler kurma konusunda sorunlar yaşıyordu. Birkaç hafta süren şifa seansları onun yalnızca enerji alanını dengeleyip, yükleyip tekrar yapılandırmakla kalmadı, insanlarla iyi ilişkiler kurmasına da yardım etti. Bu, Mary'nin enerji alanını alışkanlık eseri engellemeyi öğrendiği ve böylece en sonunda psikolojik ve fiziksel sorunlarını yarattığı çocukluk deneyimleri hakkında kanallaşma yoluyla bilgi alınarak sağlandı.

Şimdi şifacı imişsiniz gibi düşünerek şifanın her bir aşamasından geçelim.

Elleriniz hastanın (Mary) ayaklarında, genel alan dengelenene ve temizlenene kadar oturun (Şekil 22-5). Bu şekilde sağlanan enerji akışı tüm alanı aktif hale getirir. Kanallaştığınız rengi kontrol etmeyi denemeyin, kendi akışına bırakın. Eğer bir renk üzerinde yoğunlaşırsanız, yardımdan ziyade müdahale etmiş olursunuz çünkü alanlar sizin doğrusal zihninizin belirlediğinden daha akıllıdır.

Alanınızla birlikte şakralarınız da temizle-
nince, tüm renkleri Evrensel Enerji Alanından
metabolize edecek hale gelmiş olursunuz, hasta-
nın alanı da ihtiyaç duyduğu enerjiyi emebilir
böylelikle. Şakralarınızdan biri kapalı ise, şakra
yoluyla iletilecek yönlendirme renk dönüşümü-
nü *tıkamış olursunuz. Durum bu ise, şakra açma*
egzersizlerini tüm şakralarınız açılana kadar te-
karlamanız gerekir. Şekil 22-6, enerji akımının şi-
facının şakralarından geçerek şifacının dikey güç
akımından geçip kalp şakrasına girerek oradan
hastanın aurik alanına doğru kollardan ve eller-
den yayılışını gösteriyor.

Enerji akarken hastanın alanı temizlenip, yüklenerek tekrar dengeye kavuştukça, bunun ellerinizden akışını muhtemelen hissedeceksiniz. Adeta bir çeşmenin suyunun ellerinizin üstünden geçişine benzetilebilir. Bu, size ılık ve ürper-tici bir his verecektir. Yavaş ve ritmik titreşimleri hissedeceksiniz. Eğer yeterince duyarlıysanız, akıştaki değişiklikleri duyumsayacaksınız. Ba-zen vücudun bir bölümünde daha fazla enerji akışı olur; o zaman titreşimlerin frekansı da deği-şir, akış yönü ya da hastanın alanında dolan kı-sım da değişecektir. Bu noktada, akış genel aurik



Şekil 22-5. Vücutun Sağ ve Sol Yanları Arasında Denge Kurmak ve Ayaklarda Enerji Akımını Başlatmak

(Şekil 22-10). Şimdi de hastanın kasık bölgesindeki alanı temizlenir, özellikle ellerinizin arasındakı kalan kısım. Bu pozisyonda sağ eliniz hastanın kalçasında ve sol eliniz de püvik kemiğin üzerindeki ikinci şakra merkezinde olmalıdır. Bunu hastanın vücudunun iki tarafında da uygulayın. Bir kısımdan diğerine geçerken enerjinin yükselip alçaldığını ve alanın temizlendiğini hissedeceksiniz. Elinizi yeni bir bölgeye her koyuşunuzda, enerji; eliniz ve hasta arasındaki bağlantı kurulana dek önce yavaşça akacaktır. Akış yükselir ve tepeye çıkar, sonra yavaşça düşer, sonra ya durur ya da çok hafif şekilde akmaya devam eder. Bu, yeri değiştirmenin zamanı geldi demektir. Bu bir ürperti ya da ısı dalgası gibidir. İlerlemeden önce vücudun iki tarafındaki akışın dengeli olup olmadığını devamlı kontrol edin. Bu durum, her iki bacak kadar bedeninin her iki yanı için de geçerlidir.

İkinci şakra da temizlendikten, yüklendikten ve dengelendikten sonra, sağ elinizi üçüncü şakraya kaydıracaksınız (Şekil 22-11). Mary söz konusu olduğunda, ikinci ve üçüncü şakralar üzerinde daha çok zaman geçirmeye ihtiyaç olurdu çünkü asıl bloklar bu şakralarda yer almaktadır. Alanı temizledikten sonra, sağ elinizi üçüncü şakraya, sol elinizi de dördüncü şakraya denk getirmelisiniz.

Şakralar üzerinde doğrudan şelasyon yaptıkça, hasta ile daha derin bir birlik içine girdiğinizi göreceksiniz. Onunla aynı hızda soluk alacaksınız. Bu, "aksettiğiniz" anlamına gelir. Bu bir kez olduğunda, onun soluk alışını kendinizinki ile kontrol edebilirsiniz. Bu, şifada önemli bir noktadır, çünkü şakralara girerken duygusal materyali açmaya başlarsınız. Duygusal materyal açığa çıkmaya başlar başlamaz, hasta duygularını kontrol altında tutmak isteyecek ve soluk alışını buna göre düzenleyecektir.

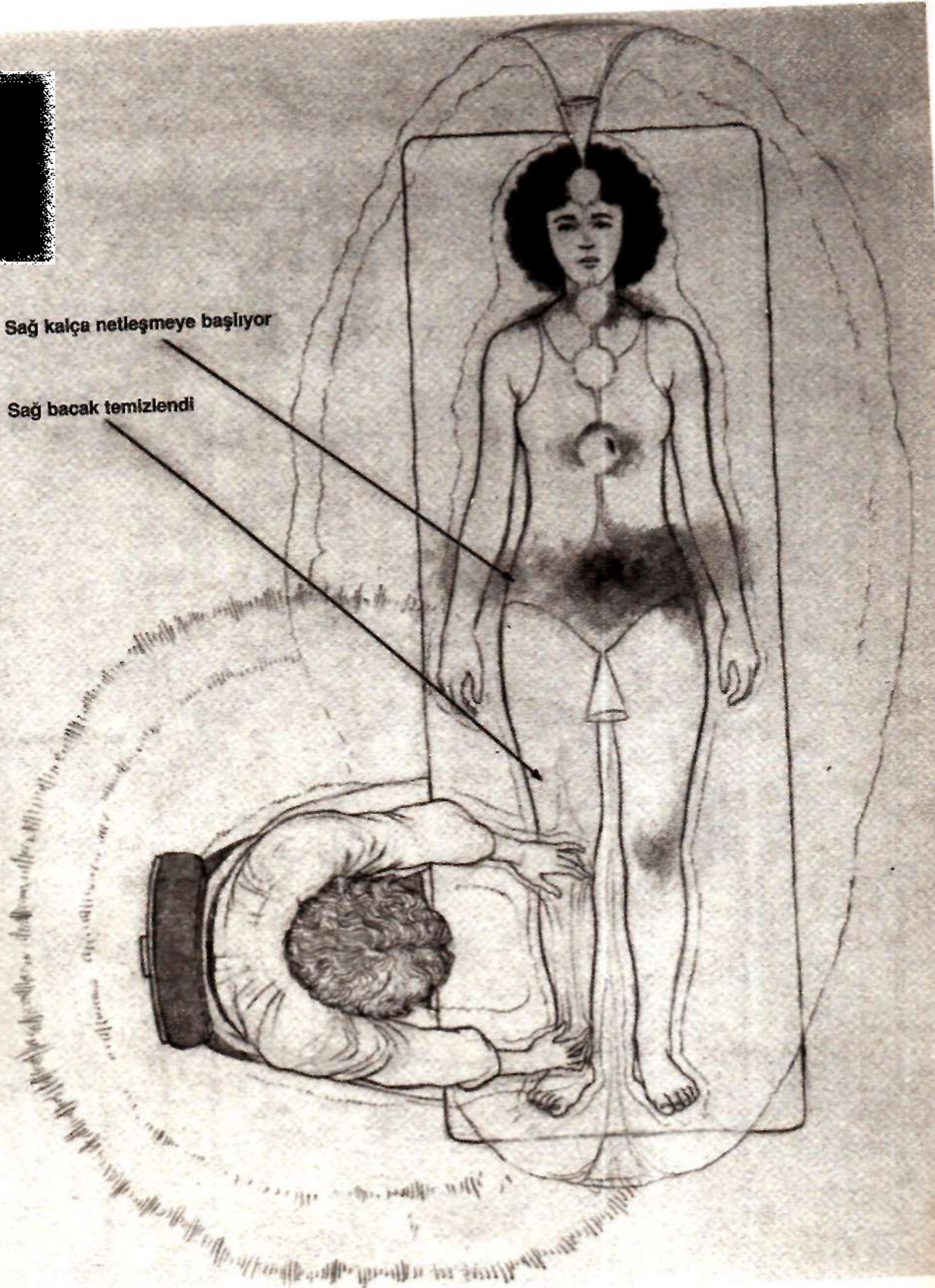
Mary, ikinci ve üçüncü şakraları birbirine daha iyi bağlandıkça, duygularını kontrol etmeye çabalamaya başlar. Onu soluk almaya teşvik edin. Soluk alır ve ağlamaya başlar. Yalnızlığını hisseder. Tabi siz de öyle. Mary'nin bununla ilişkili çocukluk deneyimlerini görebilir ya da hissedebilirsiniz. Bunu onunla paylaşın. Bağlantıyı daha iyi kurdukça daha da çok ağlar. Duygularını ifade ettikçe, ikinci ve üçüncü şakraları daha

iyi açılır ve temizlenir. Eğer bu duyguları tolere etmekte zorlanıyorsanız, soluk alışınızı buna göre düzenlemeyi bırakın ve şuurunuzu daha yüksek düzeye taşıyın. Enerji göndermeye devam edin. Mary'nin şakraları temizlendikçe, sakın ve sessiz bir hale gelir. Şekil 22-12, Mary'nin aşağı dört şakrasının temizlendiğini gösteriyor ama yırtık henüz tamir edilememiştir. Bunun için, yırtığın yer aldığı beşinci ve altıncı katmanlarda, üçüncü şakranın özel bir ilgiyle ele alınması gerekir. Dördüncü, beşinci ve altıncı şakraları şelasyona devam etmek için, sol elinizi üstteki şakranın, sağ elinizi de alttaki şakranın olduğu yere koyarak yukarı doğru ilerleyin. Beşinci şakraya vardığınızda, pek çok hasta sol elinizi boynun ön tarafına değil de alt tarafına, yani enseye koyduğunuzda daha rahat eder. Burası da bittikten sonra, iki elinizi iki omuza koyun ve hastanın başının bulunduğu noktada sandalyenizde oturma pozisyonuna geçin. Mary'nin sağ ve sol enerji alanlarını dengeleyin. Sonra ellerinizi boyundan şakaklara doğru yavaş yavaş hareket ettirin. Bu noktada, eğer öğrenci iseniz, altıncı maddede anlatılan altıncı düzey şifasına geçmelisiniz. Altıncı düzey şifasını ve Ketherik Kalıp Düzeyinin Mühürlenmesi başlığı altında anlatılan yedinci düzey kapanışını uygulayın. Başlangıçta, şifacılıkta daha çok tecrübe kazanmadan önce, bu noktada daha fazla bir şey yapabilmeyi ummayın. Önce-leri, bunları tamamlamak rahat rahat bir saatini-zi alacaktır. Pratik kazandıktan sonra yüksek aurik düzeyleri algılayabilecek ve dördüncü ve beşinci maddelerde anlatılanları uygulayabilecek-siniz. Daha sonra, yedinci katmanın da üzerini algılayabilir hale gelebilirsiniz ve metinde yedinci maddede anlatıldığı şekilde sekizinci ve dokuzuncu düzeylerde de çalışabilirsiniz.

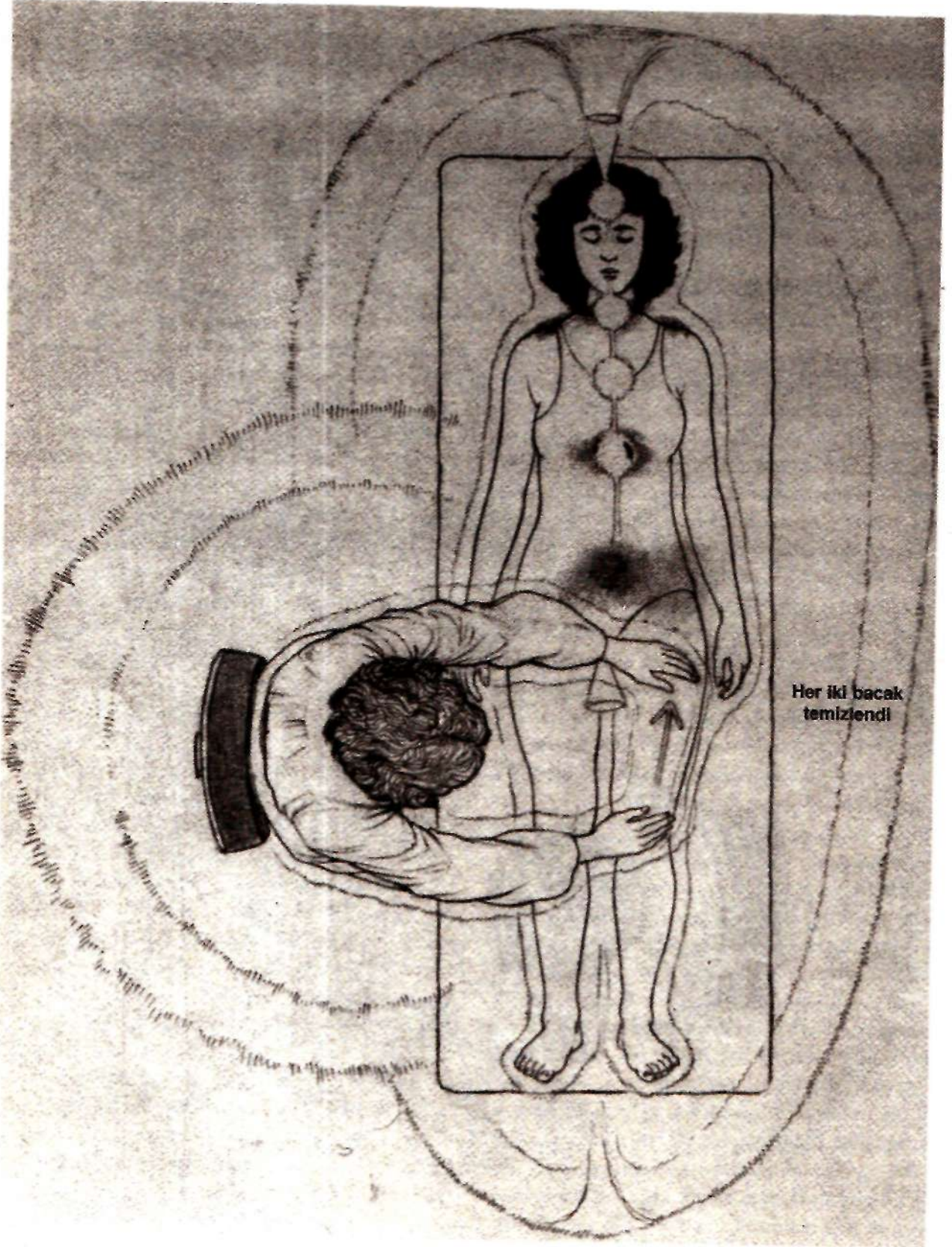
Tüm yeni öğrencilerimden, bu şekilde temizlenecek şeyleri gözden kaçırmamalarını sağlamak için, tüm bir şelasyon uygulamalarını istiyorum. Sonra, enerji akıtmak ve alanı algılama konularında yeterli hale geldiklerine inandığımda, tüm şakraları şelasyonlarına gerek kalmaz. Şelasyon için neye kadar çıkmanın gerekli olduğunu artık bilirler. Kalp hastaları için ters-şelasyon gereklidir. Yani enerjiyi kalp şakrasından uzaklaştırırsınız çünkü kalp tıkanmış koyu enerji ile doludur.

Sağ kalça netleşmeye başlıyor

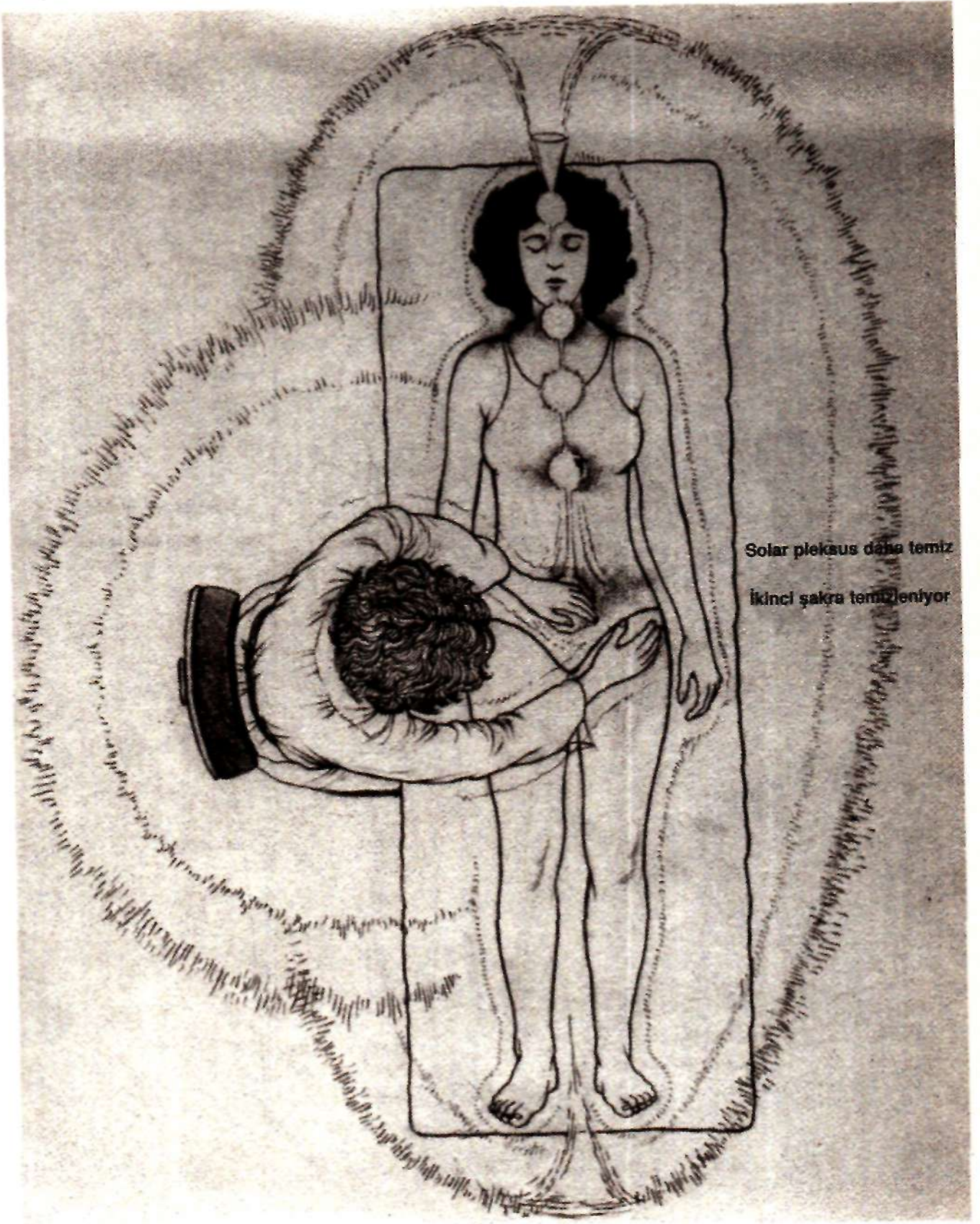
Sağ bacak temizlendi



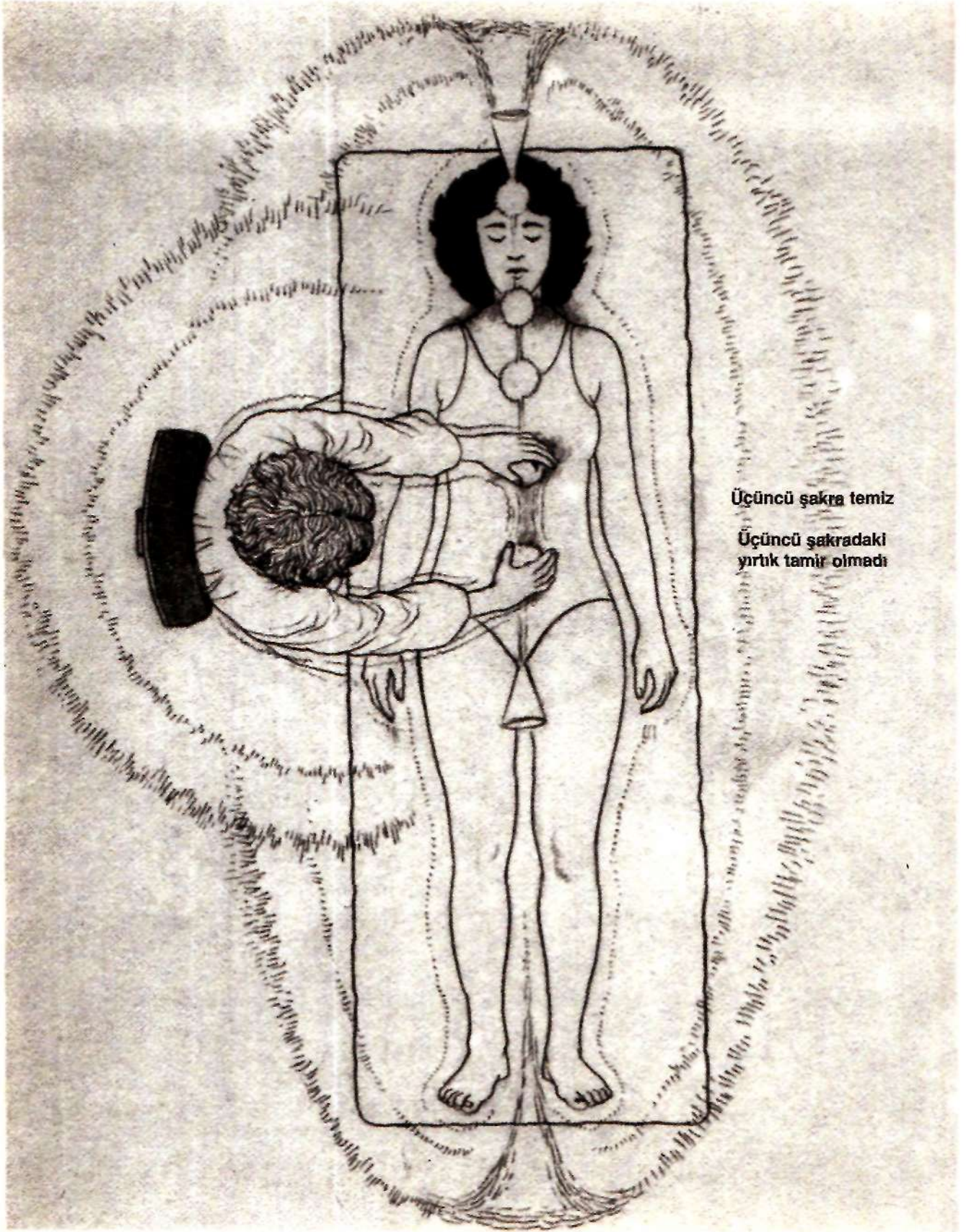
Şekil 22-8. Bilek ve Diz Eklemi Arasında Auranın Şelasyonu



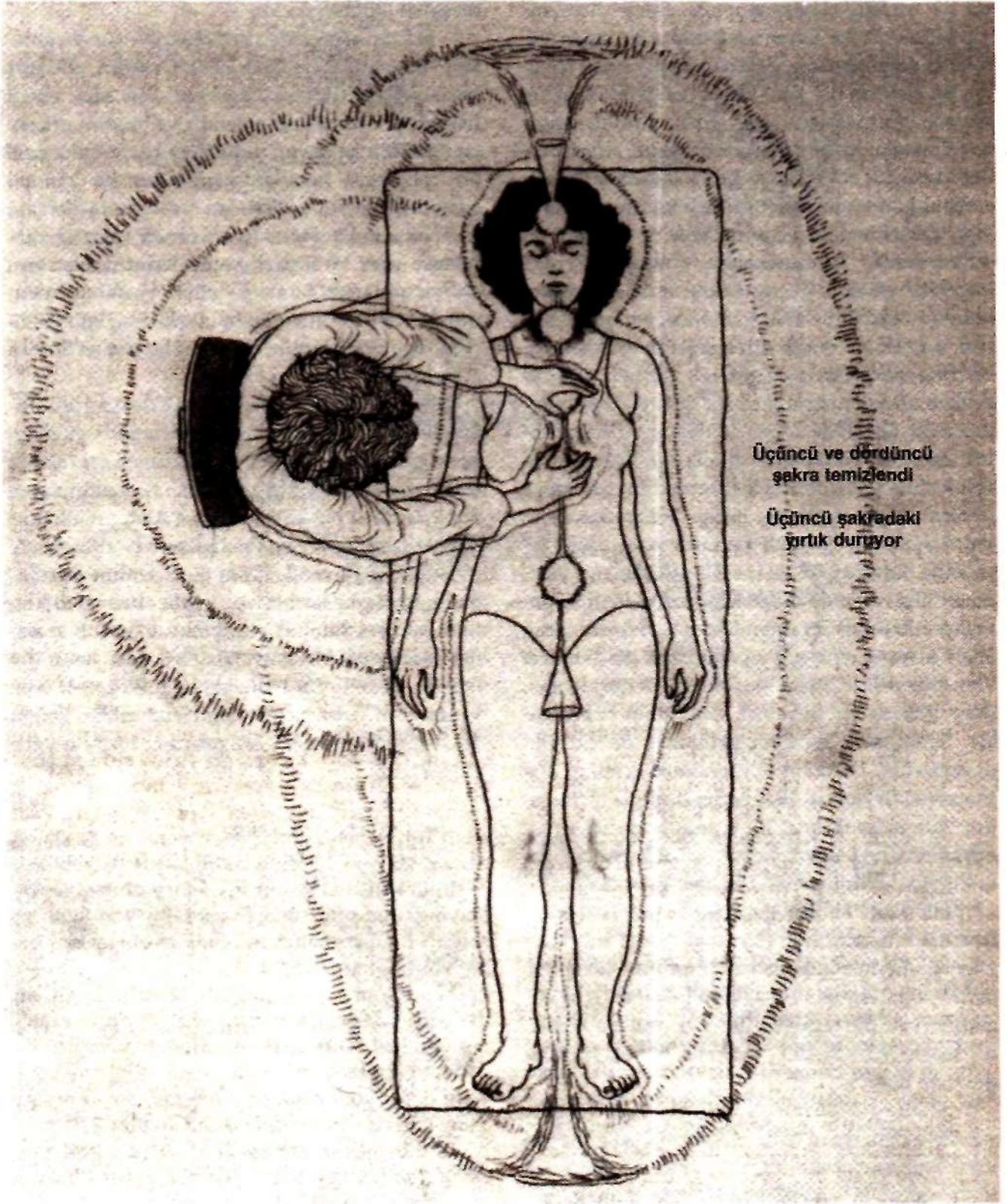
Şekil 22-9. Diz ve Kalça Eklemi Arasında Auranın Şelasyonu



Şekil 22-10. Kalça Eklemi ve İkinci Şakra Arasında, Auranın Şelasyonu



Şekil 22-11. İkinci ve Üçüncü Şakralar Arasında Auranın Şelasyonu



Şekil 22-12. Üçüncü ve Dördüncü Şakralar Arasında Auranın Şelasyonu

Bu noktada hatırlatmam gereken birkaç şey daha var. Siz ısıtıyorsunuz, kanal oluyorsunuz. Bu da titreşimlerinizi gereken enerji düzeyine yükseltmeniz ve Evrensel Enerji Alanından gerekli enerjiyi almanız gerektiği (tıpkı prize sokulan bir elektrik fişi gibi) anlamına gelir. Bu şekilde şifa vermezseniz, çok hızlı yorulursunuz. Kendinizden bir şey yansıtamazsınız, siz ona sadece kanallık etmelisiniz. (Sizin kanallaşma sırasındaki göreviniz, sadece titreşimlerinizin düzeyini yükseltmektir, böylece EEA ile devreyi tamamlarsınız.) Titreşimlerinizi yüksek bir enerji düzeyine çıkarmak için, şakra açıcı egzersizler oldukça faydalıdır. Şifa için önceden hazırlanırken, bu şekilde enerji düzeyinizi de yükseltirsiniz. Şifa seansı boyunca giderek daha yüksek düzeylere ulaşırsınız çünkü şuurlu düzeyiniz genişlemektedir. Özellikle doğru odaklanır ve doğru soluk alırsanız, bu daha da etkili olur. Bence en iyi soluk alma şekli, ortada kısa aralıklarla alınan ve verilen uzun nefeslerdir. Burnu kullanmak gerekir, "İçsel Görü" başlıklı bölümde yer alan egzersizlerde olduğu gibi de nefesin üst damağı yalaması daha iyidir. Odaklanarak aurik alanınızı genişletebilirsiniz. En önemli şey, etrafınızı saran enerji alanında duyarlı ve senkronik bir akışı devam ettirmektir. Enerji akışındaki bir duraklama, daha yüksek bir frekansın geldiğinin habercisidir. Biraz bekleyin. Eğer gelmezse, önceki gibi devam edin. Daha iyi uyumlandıkça, enerji alanınızdaki frekans değişimlerini de daha iyi hissederek hale geleceksiniz. En sonunda da soluk ve odaklanmanızı ayarlayarak bu değişimlere gerektiğinde uyumlanabilecek hale geleceksiniz.

Ellerinizi hafifçe gerilmiş olarak vücudun üzerinde tutun; şakralarınızla aldığınız tüm enerjiyi elleriniz yoluyla vücudun içine iletebilirsiniz. Şakralarınızın enerji pompalaması için vücudunuzu titreştirmeniz iyi olur; "Şifaya Hazırlık" başlıklı bölümdeki egzersiz bunun için yol gösterici olabilir.

Şifanın bu kısmında, enerjiyi muhtemelen yüksek şakralardan daha çok düşük şakralar yoluyla kullanacaksınız. Çok miktarda enerji de topraktan ayak tabanlarınız yoluyla gelmektedir. Ayaklarınızın yere iyi bastığından emin olun. Ayaklarınızdan toprağın içine doğru büyüyen kökleri ve oradan enerji çektiğinizi düşünün. Bu

süreç, enerji bedeninizi besler ve yükler. Enerji akışının rahat sağlanması için pozisyonunuzun da rahat olması gerekir.

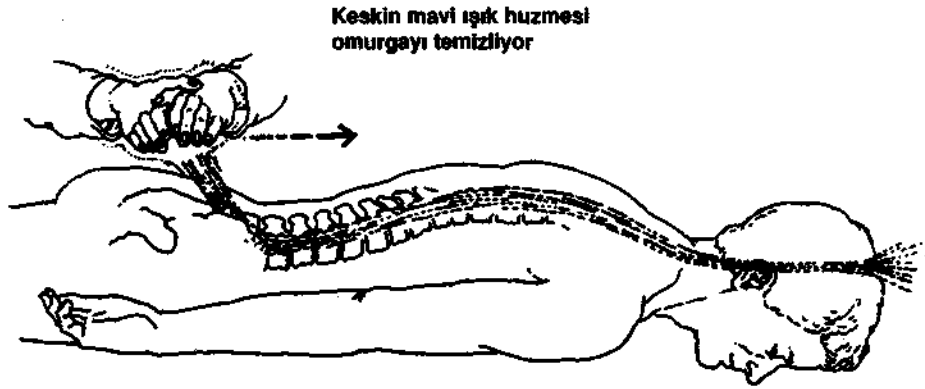
Hastanın enerji sistemi enerjiyi alır ve gereken yere otomatik olarak iletir. Örneğin, elleriniz hastanın ayaklarının üzerinde olsa bile, enerji hastanın omurgasına gidebilir ve başının arkasına çıkabilir. Şelasyon yapılır ve hasta daha özel bir çalışmaya hazırlanırken, şifacı bu zamanı hastanın fizikini anlamakta ve onunla iletişim kurmakta kullanabilir. İşte bu anda hastalar kendilerini açar ve kişisel geçmişlerini daha derin olarak sunarlar. Şifacının elleri hastanın vücudunda iken, derin bir güven ilişkisi sağlanır. Şifacı da bu arada sorunlu bölgeleri taramaya devam etmektedir.

Mary vakasında, Şekil 22-12'de de görüldüğü gibi alan büyük oranda temizlenmiş ve rengi açılmıştır. İkinci, üçüncü ve dördüncü şakralarda çalışılırken, hasta duygusal olarak açıldığından daha da rahat bir safhaya geçer. Alanının ilk dört katmanı, beşinci ve yedinci katmanlar düzeyinde çalışmayı sağlayacak kadar temizlenmiş durumdadır. Bu başka bir hastada böyle olmayabilir; altıncı şakrada tüm bir şelasyon sağlansa bile alanın belirli kısımlarının daha çok temizlenmeye ihtiyacı olabilir. Bu temizlemenin iki temel yolu vardır. Biri omurganın temizlenmesidir. Diğeri de aurik atığın belirli bölgelerden itilmesi veya atılmasıdır.

B. Omurga Temizlemesi

Bu noktada hastanın omurga temizlemesine ihtiyacı vardır (Şekil 22-13). Genel anlamıyla bu, aurik alanın dikey güç akımını temizlediğinden yararlı bir çalışmadır. Bir saatlik seansta ben bunu omurgada doğrudan sorun yoksa pek uygulamam, çünkü diğer şeyler daha önemlidir. Bu tekniğin bir parçası hocam C.B. tarafından bana öğretildi.

Omurga temizlemesi yapmak için, hastanın yüzüstü dönmesi gerekir. Bunun için masanızın hastanın yüzüne denk gelecek bir deliği olması gerektiğini unutmayın. Bu çalışmada kafasını yana çevirmemesi gereklidir. Kuyruk sokumu bölgesine başparmaklar ile masaj uygulayın. Kemikte sinirlerin geçtiği minik deliklere (foramenler) de masaj yapın. (Burası, kalçada gamze şekil-



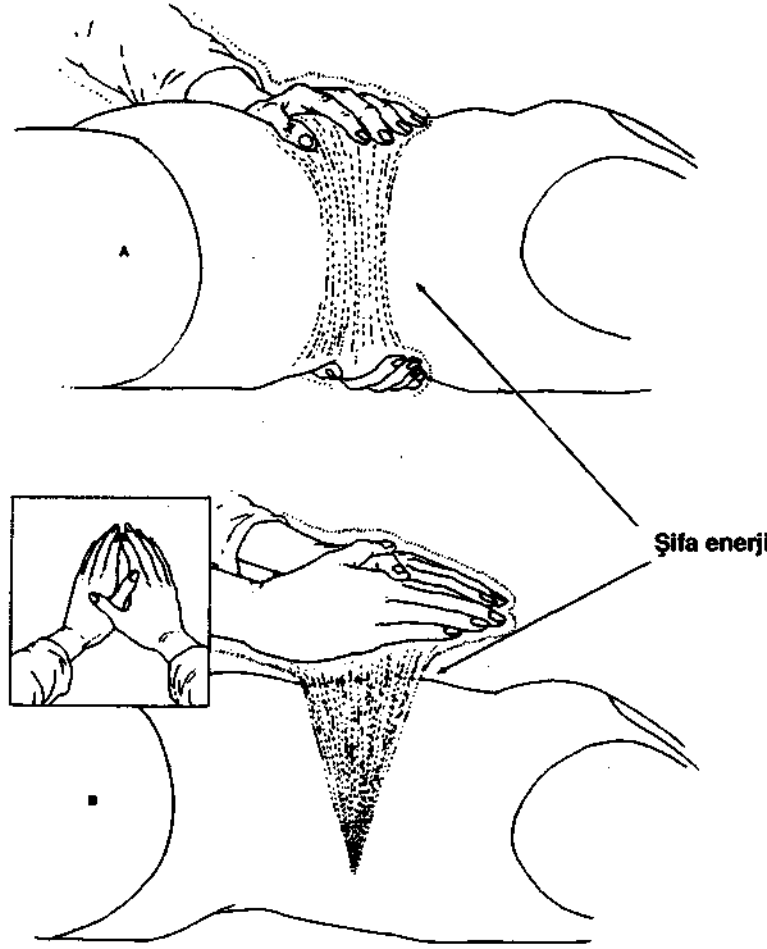
Şekil 22-13. Omurga Temizlemesi

lerinin bulunduğu yerin hemen üstündedir.) Eğer tam olarak neye benzediğini bilmiyor iseniz, kuyruk sokumu için bir anatomi kitabına bakın. Bu, ucu aşağı doğru bakan, üçgenimsi ve üçgenin iki yanı boyunca beş foramenin yer aldığı kaynaşmış bir kemik ucudur. Son lumbar omur bunun tam üstüne oturur; pöç kemiği de alt ucundan aşağı doğru uzanır. Başparmaklarınız ile kuyruk sokumu foramenleri üstünde minik daireler çizin. Başparmaklarınızla kırmızı-turuncu enerji göndermiş olacaksınız. Bu uygulamayı omurganın her yerinde devam ettirin, sağ başparmağınız ile saat yönünde, sol başparmağınız ile de saat yönünün tersine doğru çalışın.

Şimdi ikinci şakra üzerinde ellerinizi yuvarlak bir şey tutar gibi birleştirin. Ellerinizi saat

yönünde yavaş dönüş hareketleri yaparken, kırmızı-turuncu enerjiyi ellerinizden ikinci şakraya doğru kanallaştıracaksınız. Bunun için enerji akışınızı kırmızı-turuncu frekansında tutmanız gerekir. Bununla ilgili bilgiyi "Renk ve Ses ile Şifa" başlıklı bölümde bulacaksınız. Şakrayı yükleyin. Yüklendiğinde, ellerinizi omurga üzerinde yukarı doğru kaydırın. Ellerinizi ikinci şakrayı terk ederken, ışığın mavi lazer benzeri bir ışığa dönüşmesine izin verin. Ellerinizi omurga boyunca hareket ettirirken bu enerjinin "kesilmemesine" dikkat edin. Pozisyonunuzun, ellerinizle omurga boyunca hareket etmeye uygun olmasına dikkat edin.

Bu mavi lazer ışığı ile, omurgayı temizliyor ve tıkalı enerjiyi taş kısmının tepesinden dışarı



Şekil 22-14. Aurik Alanın Derinliğine Enerji Akıtma

itiyorsunuz. Bunu en az üç kere tekrarlayın ve ana dikey güç akımı temizlenene kadar yapın. Açılmalarına yardımcı olmak için dördüncü ve beşinci şakraları da hafifçe yüklemeniz iyi olacaktır.

C. Hastanın Aurasındaki Belirli Alanları Temizlemek

Şelasyon sırasında, hastanın fizik bedeni üstünde çalışacağınız bir sonraki yeri Yüksek Duyusal Algılamayla hissetmeye başlayacaksınız. Daha ileri düzeye eriştikçe, tüm şakralara şelasyon uygulamadan, doğrudan tıkanmış enerji bölgeleri üzerinde çalışabilir hale gelebilirsiniz. Bu şekilde doğrudan çalışma, tıkalı aurik bölgeye enerji göndererek ve aurik sümüğü el yardımıyla iterek gerçekleşir.

Enerjiyi doğrudan sorunlu bölgeye yolla-

mak için, ellerinizi birbirinden ayrı ya da birleşik kullanabilirsiniz. Ellerinizi bloğun her iki yanındayken (bedenin önünden arkasına, altından tepesine kadar), sağ elinizle itip sol elinizle çekerek (ya da tam tersi), enerjiyi bir alanın dışına diğer bir alanın içine taşımak için yönlendirebilirsiniz (itme/çekme/durma teknikleri için bkz. "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" başlıklı bölüm). Bazen bu tarz kullanılır, bazen de iki eli beraber kullanmak gerekebilir. Her ikisi de duruma göre enerjiyi doğrudan tıkalı bölgeye yönlendirme amaçlıdır. Şekil 22-14, her iki el pozisyonunu göstermektedir. Kapalı el metodunda, eller kapalı, başparmaklar çapraz, avuç içleri de enerjiyi yönlendirdiğiniz bölgeye bakar durumdadır. Eller ve parmaklar arasında boşluk kalmamalıdır. Parmaklar hafifçe bükülü olmalıdır. Enerji akışını hızlandırmak için ellerinizi titreştirin.

Göreceksiniz ki bunu yaparak, enerjiyi bir demet ışık gibi vücudun derinliklerine doğrudan yollayabileceksiniz. Rehberler sizi yönlendirecek ve uygun enerjinin iletilmesinde size yol göstereceklerdir. Blokları gevşetmek için bu tekniği kullanıyorlarsa, yolladıkları frekansı kısa bir süre için değiştirip enerji akışını tersine çevirecekler ve gevşeyen blokları emeceklerdir. Ellerinizin, bu dış yönde çıkışa izin verecek şekilde hareketine izin verin. Ellerinizle ölü orgon enerjisini taşımanız ve rehberlerin bunu ellerinizden çekip almasına izin vermeniz iyi olur.

Bir diğer teknik, hastanın alanından tıkalı enerjiyi itmek için esiri ellerinizi kullanmaktır. Bu enerjiyi dışarı çıkarmak için, esiri parmaklarınızın çok uzun göründüğünü ve hastanın vücuduna sızarak atılması gerekenleri oradan kürekle alır gibi aldığını hayal edin. Ruhsal rehberler bunu yapmanıza yardım edeceklerdir; rehberler auradan dışarı çektiğiniz şeyi aydınlatırken, siz de çektiğiniz şey beyaz ışığa dönene kadar enerji verin ve bırakın geri gitsin (böylece bir oda dolusu ölü enerjiyle baş başa kalmazsınız). Sonra, şifacı olarak siz bir sonraki temizlenecek enerjiyi avuçlayın.

Uygun olduğu zaman, kristal kepçe yardımı ile de bunu yapabilirsiniz. Bu, enerjiyi tutar ve dışarı çıkarır (Bkz. "Zaman Ötesi Travmalarda Şifa" başlıklı bölüm). Kristal bu çalışmada çok güçlü bir araçtır, lazer demeti gibidir; içeri girer, enerjiyi toplar, dışarı atar ve rehberlerin onu beyaz ışığa dönüştürmesini sağlar.

Ancak kristal kullanmak her zaman iyi değildir. Bazı insanlar bu tarz bir kesme eylemine karşı aşırı duyarlıdır. Ketherik kalıp çalışması düzeyindeki (daha sonra açıklanacak, daha yüksek düzeyli bir çalışma) çalışma sonrasında asla kristal kullanmayın. Kullanmanız durumunda kalıp üstündeki çalışmanız yırtılabilir. Hasta, kalıp düzeyi çalışmasından sonra kristal çalışmasına ihtiyaç duymayacaktır; bu, daha önce (yani bedeninin belirli bir bölgesi üstünde) yapılmış olmalıdır. Daha önce anlattığım Mary vakasında, hiç kristal kullanılmadı.

Bu işin yapılması sırasında, şifacı aurik katmanları tarayarak şakraların veya organların kalıp düzeyinde tekrar yapılanmaya ihtiyaçları olup olmadığına bakabilir. Ruhsal rehberler, esiri

kalıp düzeyinde mi (beşinci) yoksa ketherik kalıp düzeyinde mi (yedinci) çalışılacağına karar vereceklerdir. Kalıp düzeyinde çalışma, ancak auranın ilk dört katmanındaki temizlenme tam anlamıyla tamamlandıktan sonra gerçekleştirilebilir. Aslında, eğer aura çok kirliyse, bu koyu enerji yüzünden esiri kalıbı görmek zorlaşabilir.

Eğer rehberler ketherik kalıpta (yedinci katman) çalışmaya karar verirlerse, şifacı kristalleri hastanın vücudundan uzak tutmalıdır çünkü kristal hastayı fizik bedende tutmaya yardım eder. Ketherik düzlem çalışmasında, hastanın fizik bedeni kısmen bırakması gerekir; aksi halde hasta büyük acı çeker ve çalışma tamamlanamaz. Kristali hastadan uzaklaştırmadan yedinci katmandaki bir yırtığı dikmeye çalıştığım da hasta çığlık atmaya başladı (ellerim hastaya değmiyordu). Hemen kristalleri uzaklaştırdım, dikmeyi bitirdim ve 1., 2., 3. ve 4. katmanlarda neden olduğum kırmızı iltihabı yukarıda aktardığım tekniklerle temizledim.

Eğer ruhsal rehberler, şifanın bu noktasında esiri kalıpta (beşinci katman) çalışmaya karar verirlerse, kristaller kalabilir. Bence bunun nedeni, esiri düzlemin negatif mekanda işlemesi ve beden ile "duygu" bazında bağlantıda olmamasıdır.

D. Egzersiz: Ruhsal Rehberlerin Çalışma Alanınıza Girmesine İzin Vermek

Eğer rehberlerin alanınıza girmesine izin vermekte güçlük çekiyorsanız, aşağıdaki egzersizi öneririm. (Bu egzersiz, dilerseniz şifa seansı öncesinde de yapılabilir.) Bu egzersiz, ancak siz "Şifaya Hazırlık" başlıklı bölümde anlatılan imgeleme egzersiziyle alanınızı yükledikten sonra yapılabilir.

Şimdi alanınız yüklenmiş ve dengelenmiş olduğuna göre, yukarıdaki egzersizi tekrarlayın ve rehberlerin şifa vermek üzere alanınıza girişini kolaylaştırmak üzere biraz değiştirin.

Eğer elleriniz birisinin vücudu üzerinde ise, egzersizi yapmadan önce ellerinizi yavaşça çekin. Kendi ilk şakranıza gidin. Dönen kırmızıyı görün. Rengi iki kere soluyun. İkinci soluk alışta, şuurunuzu ikinci şakraya yükseltin ve kırmızının kırmızı-turuncuya dönmesini sağlayın. Şimdi soluk verirken bunu dışarı atın.

İkinci şakranıza odaklanın. Kırmızı-turun-cuyu soluklanın. Soluk verin. Yine içinize çekin ve zihin gözünüzü üçüncü şakraya yükseltirken bu rengin sarıya dönmesine izin verin. Sarıyı soluklanın. Soluk verin. Tekrar alın ve kalp şakrasına geçerken rengin yeşile dönmesini sağlayın. Yeşili soluyun, soluk verin. Tekrar soluyun ve boğaz şakrasına giderken mavi olmasına izin verin. Maviyi soluyun, soluk verin, soluk alın ve üçüncü göze yükselirken çivit mavisini olsun. Bunu soluyun, soluk verin, tekrar soluyun ve kendinizi taç şakrasına ve başın üzerine taşıırken beyaza dönüşsün. Bunu yaparken, boğaz şakrasının arka unsuru yoluyla rehberlerinizin alanınıza girmesine izin verin. Onların sanki bir örtü gibi omuzlarınızın ve kollarınızın üstünden gelişini hissedeceksiniz.

Alanınızın çok dolu hale geldiğini hissedebilirsiniz. Bu noktada bir rehberin kollarının sizinkilerle kaynaşmış gibi olduğunu görebilirsiniz. Gevşeyin. Bu duyguya alışmaya çalışın. Eğer ellerinizin hastanın vücudundaki belirli bir bölgeye konulması için bir dürtü hissediyorsanız, yapın. (Bunu daha sonra bir arkadaşınızla deneyin; ellerinizin aslında sizin düşündüğünüz yere gitmeyebileceğini görebilirsiniz.) Bu güzel şifa enerjisinin bir nehir gibi ellerinizden akmasına sevgiyle izin verin. Ellerinizi bir başkasının üzerine sevgiyle koymaktan asla korkmayın.

4. Auranın Esiri Kalıp Düzeyinin

(Aurik Alanın Beşinci Katmanı) Şifası

Eğer rehberler esiri kalıp çalışmasına karar verirlerse, şifacıya ellerini hastanın vücudunda iki yere, genellikle iki şakra üzerine koyması yolunda bir işaret verirler; ellerinizi burada tutmanız gerekir. Bu noktadan sonra rehberler kontrolü ele alacaktır ve şifacı daha çok pasif kalacaktır.

Esiri kalıp şifa çalışmasında ilerledikçe, tüm operasyonun işleyişine tanık olmaya başladım. Önce, buna inanmakta güçlük çektim çünkü bu tıpkı fizik beden üzerinde bir ameliyat masasında yapılan müdahaleye benziyordu. Tüm olayı kendimden yansıttığımı düşündüm. Çok yetenekli iki durugörür arkadaşına da aynı şeyi izlettirdim ve sonuç olarak onlar da benim gördüklerimi gördüler.

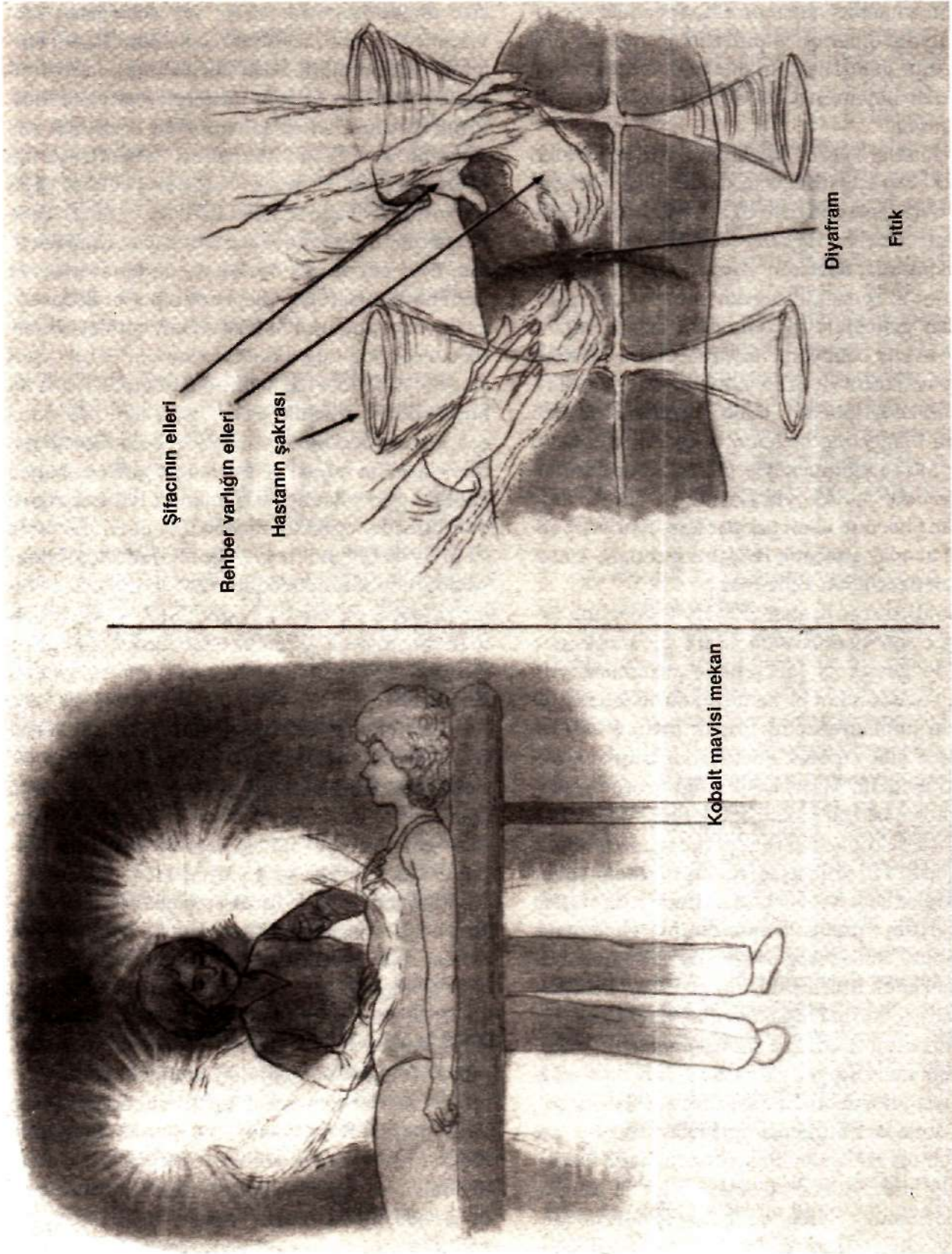
Düzenli olarak gördüğüm şeydu: Ellerimi

pasif bir şekilde hastanın vücudu üzerinde tuttuğum zaman, esiri ellerim kendilerini fiziksel ellerimden kopararak hastanın vücudunun derinlerine iniyorlar. Sonra da esiri kalıp çalışması yapan (ve benim cerrahlar dediğim) ruhsal rehberlerin elleri, ellerim vasıtasıyla çalışmaya başlıyorlar. Bunu yaptıkları zaman, esiri ellerimin genişliği bir hayli artıyor.

Bu operasyonlar sırasında sanki kollarımdan aşağıya doğru inen tüpler bağlıyorlar ve ameliyatlarda kullanılan araç gerecin benzerlerini kollarımdan aşağıya inen bu tüplerden indirek kullanıyorlar; makas, şırınga, bistüri, menegene, iğne vb. aletlerle hastanın esiri kalıbını kesiyorlar, sıkıştırıyorlar, dikeyiyorlar. Bir keresinde, kolumdan içeri giren büyük bir şırınga gördüm, bu hastanın yenilenmiş ve dikilmiş omurga sinirlerine doğru gitti. Durugörür arkadaşına, "Bunu gördün mü?" diye sordum. "Evet" dedi ve görmekte olduğum şeyleri tarif etmeye başladı. O zamandan beri birçok şifa seansını birlikte yapıyor ve gördüklerimizin benzer olup olmadığını kontrol ediyoruz.

Tüm bu çalışma, aurik alanın beşinci düzeyinde meydana gelmektedir. Bu katman, daha önce "İnsan Enerji Alanı ve İnsan Aurası" başlıklı bölümde açıklandığı gibi, negatif mekanda mevcut gibi görünmektedir. Bu durum Yüksek Duyusal Algılama yoluyla bana, fotoğraf negatifini çağrıştırıyor; koyu alanlar ışıksız, ışıklı alanlar koyu renkte görünüyor. Negatif mekanda, boş olmasını beklediğimiz alanlar dolu, dolu olmasını beklediklerimiz ise boş gibi görünüyor. Bu düzeyde, boş mekan olmasını beklediğimiz yerler kobalt mavisini ve bu mavi alan içinde tüm aurik hatlar boş alanlar gibi görünüyor. Kişi, bu gerçeklik düzeyine girdiğinde ise, tamamen normal görünüyor.

Beşinci düzey, fiziksel düzlemde var olan tüm formların kalıbıdır. Eğer bir form aurik alanda bozulmuşsa, fiziksel düzlemde tekrar sağlığına kavuşması için alanın beşinci düzeyinde yeniden kurulmalıdır. Dolayısıyla tüm aurik operasyon, alanın beşinci katmanında yapılacaktır. Esiri operasyon, esasen, hastanın esiri bedeninin, onun içine doğru büyüyebilmesi ve iyileşmesi için yeni bir negatif mekan yaratmak için uygulanmaktadır.



Şekil 22-15. Eterik Kalıp Şifası: Ruhsal Ameliyat

Bu tip, yani benim ruhsal ameliyat dediğim türden bir operasyon sırasında, şifacı ellerini hiç bir şekilde hareket ettirmez. Ellerim adeta felç olmuş gibidir. Ellerimi kıpırdatmayı denemenin, büyük efor gerektirdiğini gördüm. Orada bazen 45 dakika boyunca sadece oturmak, gerçekten sabır istiyor.

Rehberler işlerini bitirdikten sonra, yaraları sterilize edip kapatmaya başlarlar. Şifacının esiri elleri yavaş yavaş yüzeye çıkar ve fiziksel elleriyle birleşir. Yine, bu da sabır ister. (Bazen sıkıcı da olur.) Sonunda, hastanın vücudunun alt kısmında duran el (genelde sağ el) serbest hale gelir, rehberler genellikle sağ elimi sol elimin yanına getirmem için beni yönlendirirler. Sonra sol elimi de hareket ettirir ve adım adım, hassas el ve parmak hareketleriyle esiri kalıbın yeniden kurulan yepyeni bölgesi ile bedeninin o kısmındaki kalıp arasındaki bağlantıyı sağlarım. Bu, ellerin şakralar üzerinde hafifçe yukarı doğru hareketi ile sağlanır. Şifacının elleri yaralar kapanana ve yeni ile eski alanlar arasında bağlantı kurulana kadar hastanın üzerinden kalkamaz.

Şimdi tekrar hastamız Mary'e dönelim. Şelasyonun son kısımlarında, Mary şifa masasında rahat ve gevşemiş bir şekilde uzanmaktaydı. Şimdi, vücudundan biraz dışarı sürüklenmiş gibidir ve dinlenmektedir. Aurik alan, aldığı ve kendisine şifa verecek enerjiyi kullanmaya devam etmektedir. Mary, kasık fıtığı üzerinde esiri kalıp çalışması için hazırdır. Ellerinizi üçüncü ve dördüncü şakralar üzerine getirdiğinizde (Şekil 22-15), esiri elleriniz aşağıya doğru adeta yüzer gibi hareketlenir ve vücudun içinde olup biteni en iyi erişim yolunuz neyse onunla algılamaya başlarsınız. Hisseder, görür ya da işitirsiniz. Negatif mekanda oturmaktaşıdır, fakat kendinizi tamamen normal hissedersiniz. Enerji alanınız titreşim oranınız artıkça genişlemektedir. Ardınızda bir mevcudiyet ya da birden fazla varlığı arkanızda hissedebilirsiniz. Ruhsal rehberler çok ama çok nazikçe aurik alanınıza kayarlar. Bu size bildik bir his gibi gelir, rahatsızdır, hatta bu çok güzel bir histir. Adeta meleklerle özgü bir dinginliğe ulaşırsınız. Evren ile barış içindesinizdir. Kendi yaratıcı yüksek gücünüzün kontrolü altındayken, esiri elleriniz vasıtasıyla hastanın vücudunda gezinen rehberin ellerini gözlersiniz. Di-

yaframda kasık fıtığını diken elleri görürsünüz. Önce belki inanamazsınız, fakat giderek bunlar size doğal gelmeye başlar ve oluşmasına izin vermeye başlarsınız. Ne de olsa önemli olan, hastanın iyileşmesidir. Sizin normaldeki, dar öz-tanımlarınızın ötesindeki bu bilgiye güvenirsiniz, kısıtlı düşüncelerden kurtulur ve kendinizi şifa sürecinin kendisine bırakırsınız. Rehberler yırtığı onarır ve beşinci katman kalıbı ile yeniden yapılandırdıkları kalıp arasındaki bağı kurarlar. Sonra enerjilerini çekmeye başladıklarını hissedersiniz. Esiri ellerinizin hastanın alanının ne kadar derinlerinde olduğu sizi şaşırtabilir. Bu kadar içine girmiş olduğunuzu fark etmemiştiniz ama artık enerji alanı dışarı doğru çıkarken onun dışarı çıkışını hissetmekteşinizdir. Bu noktada hasta da buna dikkat edebilir. Sonra, sağ elinizde daha çok kontrol kazanmaya başladığınızı hissedersiniz. Hastanın aurası ile bağlantısı giderek kopar, yavaşça geri çekmeye başlarsınız. Tamamen geri çektiğinizde, egzersiz olması için ellerinizi biraz sıkıp gevşetin. Şimdi sağ eliniz dördüncü şakraya doğru gömülmektedir ve sol eliniz serbest kalır. Yavaşça, sol elinizi çekin. Şimdi yedinci katman çalışmasına geçmeye hazırsınız. Fakat önce, esiri kalıp şifası hakkında birkaç ipucu vermek istiyorum.

Esiri kalıp ameliyatı sırasında, rehberler renk frekanslarını, akış yönünü ve çalışmanın yerini belirlerler. Ne kadar güvenilir ve onları takip ederseniz, o kadar başarılı sonuç alırsınız. "Normal" ameliyat işlemine ek olarak, sizi, yani şifacıyı bazen ellerinizi ve kollarınızı hiç kıpırdatmadan tutmanız ve kendinizi yüksek titreşimlere çıkarmanız, lavanta ve bazen gümüş renginin gelmesine izin vermeniz için yönlendirirler. Eğer akış çok güçlüyse hareket etmemelisiniz, aksi takdirde bu hem sizin hem de hastanızın alanına zarar verir. Konfigürasyonu gevşetmeye yeterli miktarda enerji yükledikten sonra, rehberler işlemi tersine çevirir ve serbest kalan enerjiyi çekip dışarı atarlar. Bu, şifanın yüksek bir düzeyidir ve muhtemelen altıncı düzey enerjilerini kullanmaktalar. Bu, alandan belirli esiri kalıp formlarını uzaklaştırır, örneğin virüslerin, bakterilerin psişik formları gibi ya da kendilerini bir daha yenileyememeleri için lösemi hastalarının kanındaki tohum benzeri nesneler gibi.

Zaman zaman, Yüksek Duyusal Algılamasını kullanan küçük gruplar olarak biraraya geliriz ve birbirimize hem kişisel yaşamlarımızla hem de birer durugörür, duruşıtır, duruduyumsar olmaktan dolayı yaşamımızda ortaya çıkan birçok mesele hakkında destek veririz. Birbirimize şifa da uyguluyoruz (hepimiz birbirimizin hastası oluruz). Bu oldukça üretken bir çalışmadır, olayı sadece şifacının değil, hastanın da gözünden görmeyi böylece öğreniriz. Bu, aynı zamanda algılayışımızı da geliştirir ve çeşitlendirir. Auranın katmanlarına nasıl bakacağımızı, bunun nasıl bir deneyim olduğunu ve yeni şifa prosedürlerinin etkilerini bu şekilde öğreniriz.

5. Ketherik Kalıp Şifası ya da Altın Rengi Aurik İzgaranın Tekrar Yapılandırılması (Aurik Alanın Yedinci Katmanı)

Aurik alanın beşinci düzeyde bozulmuş olduğu çoğu zaman, yedinci düzey de hasara uğramış demektir. Yani ketherik kalıp yapılandırılması da gerekmektedir. Bu, şifa seansı sırasında bazı altıncı düzey frekansları otomatikman gelmeye başlamasına rağmen, şifacı altıncı düzey şifası üzerinde yoğunlaşmadan önce olur. Yedinci düzey çalışması, beşinci düzeyden oldukça farklıdır; şifacı burada çok aktif durumdadır. Beşinci düzeyde görevi, daha çok teslim olmak ve izlemektir. Burada ise şifacının verdiği mücadele nefes alma konusunda çok aktif olurken, yine de son derece duyarlı ve yüksek bir frekansta odaklanmış kalabilmektedir. Yedinci frekans düzeyine çıkmak, büyük miktarda zihinsel odaklanma ve nefes kontrolü gerektirir. Bu düzeydeki altın rengi ışık daha parlak ve esnektir. Çoğu zaman çok güçlü ince altın rengi lifler gibi görünür.

Hastanın rehberleri her zaman şifaya yardım için gelirler. Dikkatli olursanız, onların şifa odasına hastayla birlikte geldiklerini görürsünüz. Şifanın bu noktasında genellikle hastayı vücudunun dışına çekerler, kalıp çalışmasını kolaylaştırmak amacıyla derin gevşemenin meydana gelmesini sağlarlar. Genellikle hastanın deneyimi, dingin bir halde yüzmek gibidir. Ne kadar değişik bir şuur düzeyine girdiğinin farkında değildir, ta ki şifa seansının sonunda kalkmaya ve ayakta durmaya çabalayana dek.

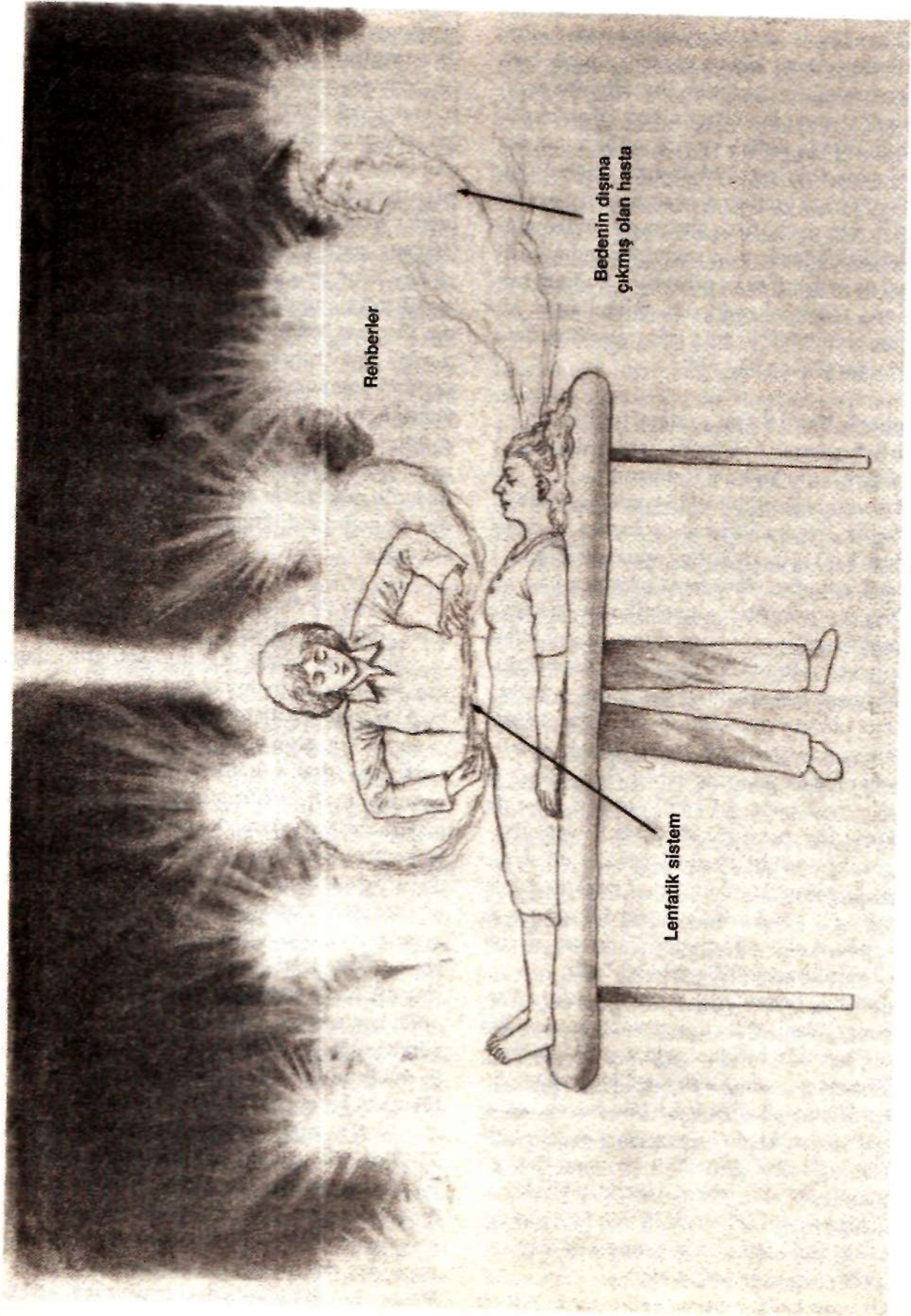
Ketherik kalıp çalışması altın rengi ışık ile

yedinci katmanı tekrar yapılandırır ve iki temel kısımdan oluşur: organların, sinirlerin ve kasların ya da bedenün diğer kısımlarının ızgara yapısını temizleyip tekrar yapılandırmak ve şakraları temizleyip tekrar yapılandırmak. Rehberin elleri, şifacının ellerinin üstünü örter gibi doğrudan onun elleri vasıtasıyla çalışır. Rehberler şifacının omuzlarından ve kollarından ellerine kadar inerler. Rehberlik edildiği için hızla hareket eden şifacının parmaklarından ince altın rengi lifler yayılır. Altın rengi lifler, şifacının karmaşık parmak hareketlerinden daha hızlı hareket etmektedir. Organın ketherik ızgarasını tekrar yapılandırmak için, ruhsal rehberler genellikle ızgara yapısını organdan uzaklaştırırlar. Bu ancak hastanın şuuruna buna izin verirse gerçekleşir. Burada, şuurulu farkındalığı değil, derin şuur kastediyorum. Bu anlar içinde, hasta değişmiş bir şuur halindedir, rehberlerle iletişim halindedir, fakat bedenine geri döndüğünde bunu hatırlayacağı kesin değildir.

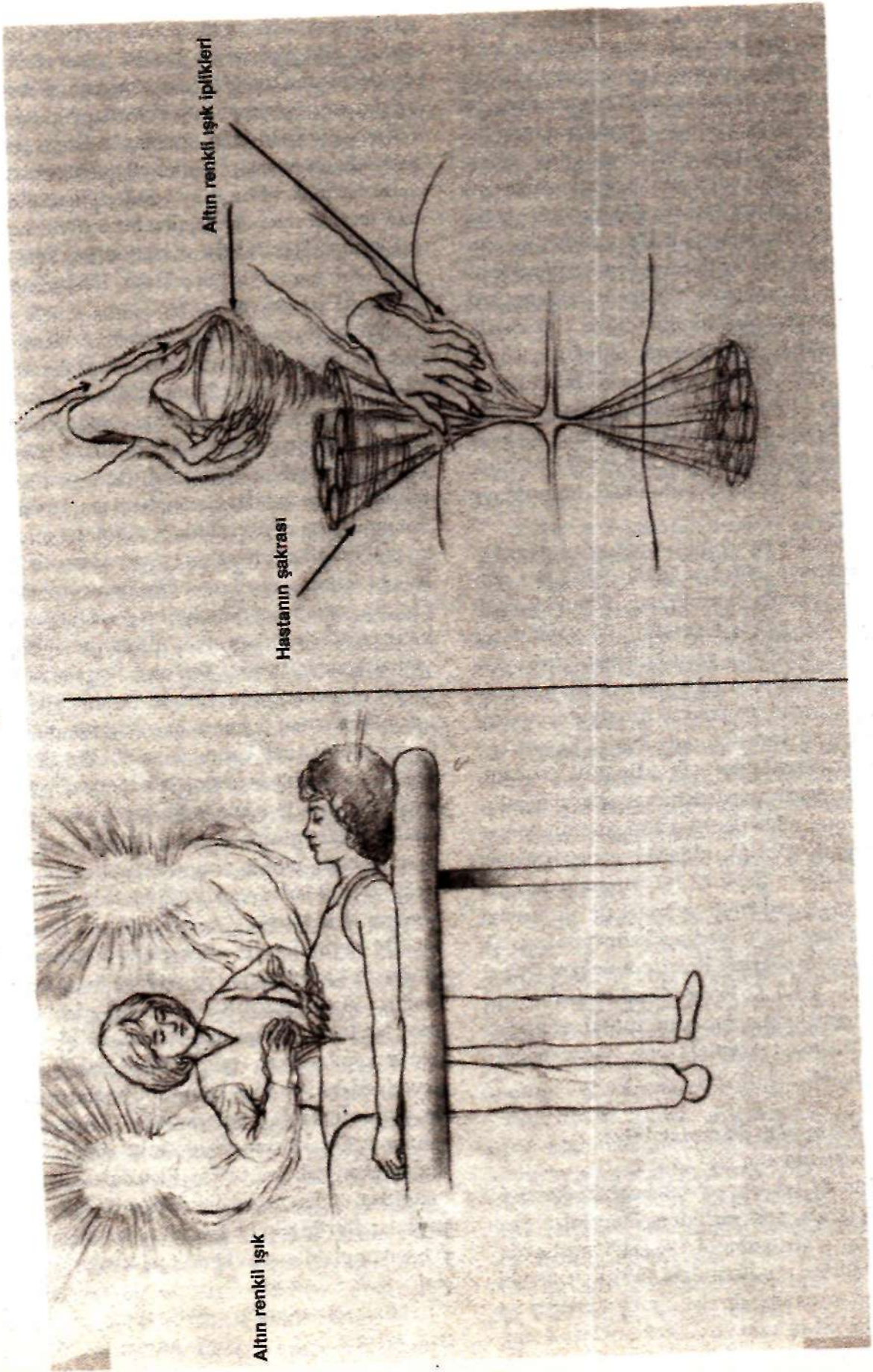
A. Ketherik Kalıp Organının Tekrar Yapılandırılması

Şifacının elleri, organın ketherik alanını uzaklaştırmak için muazzam bir ışık gücü ve güçlü bir enerji patlamasıyla hareket eder. Böylece organ, vücudun üzerinde yüzmeye başlar; burada altın-beyaz ışık lifleriyle altın rengi kalıbın üzerinde mavi esiri ızgarayı dokuyan hızlı parmak darbeleriyle temizlenecek ve yeniden yapılanacaktır. Vücudun içindeki boşluk, organ yer değiştirmeden önce temizlenip sterilize edilmiştir. Yeniden yapılandırma ve sterilizasyon tamamlanunca, organ öylece vücuda gerisin geriye kayar. Adeta içeri emilip çekilir. Sonra tekrar yerine dikilir ve enerjilendirmek üzere mavi ışıkla doldurulur. Bölge, genellikle içsel anestezi gibi iş gören yumuşak, pamuksu, kaygan bir beyaz ışık ile doldurulur. Sonra bütün bölge koruma için altın renkli bir enerji bandajıyla kapatılır.

Bu tarz şifanın örnekleri Şekil 22-16 ve Şekil 22-17'de gösterilmektedir. Göğsünde kütle olan bir hastamdan telefon aldım. Doktorlar bunun bir enfeksiyon ya da tümör olup olmadığını söylemiyorlarmış. Kurutmaya çalışmışlar, başaramamışlar, dolayısıyla bir operasyon planlanmış. Hastayla daha telefonda konuşurken, sol göğ-



Şekil 22-16. Lenfatik Sistemin Ketherik Kalıp Şifası



Şekil 22-17. Ketherik Kalıp Şifası: Ruhsal Ameliyat

sünde koyu kırmızı bir kütle ve koltuk altında lenf bezlerine uzanan bölgede gri benekler belirledim. "Görüşümü" kontrol etmek için, kütlenin sol göğsünde ve meme ucunun sol tarafında mı olduğunu sordum. Hastam onayladı ve ona bunun kanser olmadığını, mastit benzeri bir enfeksiyon olabileceğini söyledim. Koyu kırmızı renk enfeksiyona işarettir. Ayrıca rehberlerimin de bunun mastit olduğunu söylediklerini işittim. Ancak, aynı zamanda lenflerinin koyu gri renkte olduğunu da görmüştüm. Bu beni rahatsız etti. Ona asıl sorunun göğsündeki kütle olmadığını, fakat lenflerinde bir tıkanma olduğunu söyledim. Tüm vücudunun ve bu belirli bölgenin temizlenmeye ihtiyacı vardı. Birkaç gün sonra yapılan ameliyatta doktorlar iltihaplanmış süt bezini çıkardılar ve tıkanmış lenf bezleri nedeniyle mastit iltihabı olduğu yolundaki bulgularımı onayladılar.

Operasyondan üç gün sonra şifa için geldiğinde sisteminin oldukça tıkalı olduğunu gördüm. Lenf sisteminde muazzam tıkanıklık vardı ve bu, kendini göğüs kemiğinin iki yanında ve karnının sol tarafında yeşil bölgelerle belli ediyordu. Bütün alanı hafifçe grileşmişti. Sol göğsündeki kırmızılık neredeyse tümüyle temizlenmişti, ameliyat yarası aurada kendini koyu kırmızı bir alan şeklinde belli ediyordu yalnızca. Aşağı bedenlerde yapılan tümel şelasyon çalışması ile ruhsal rehberler tüm lenf sistemini önceden anlatıldığı gibi çıkardılar ve yerleştirmeden önce temizlediler (Şekil 22-16). Tüm gövdesi yeniden enerjiyle yüklendi ve mavi ve altın rengi ışıklar lenf sisteminin (yedinci katmanda) parlak bir hal almasını sağladı. Kırmızı ameliyat çizgisi de yok oldu. Şekil 22-16'da ruhsal rehberler lenf sistemini temizlerken, hastanın ruhsal rehberleri de kalıp çalışması sırasında onu vücut dışında tutmaktadırlar.

B. Ketherik Kalıp Şakrasının Tekrar Yapılandırılması

Burada da benzer bir çalışma söz konusudur, ama şakralar asla yerinden çıkartılmaz. Şakraların zarar görmesinin birkaç şekli vardır. Yırtılıp açılabilirler, etraflarındaki zar zarar görebilir, bir girdap tıkanabilir ve dönüş hareketi yavaşlayabilir, şakra kalp ya da kök noktasına doğru

ru oturmayabilir ve bir girdap yerinden fırlamış bir yay gibi görünebilir. Ya tüm şakra etkilenir ya da bir kısmı. Örneğin, Mary vakasında kasık fıtığında, solar pleksusundaki girdapçıklardan biri bir yay gibi yerinden oynamıştı. Bunu iyileştirmek için geri itmek ve dikmek gerekir, koruyucu zarı onarmak ve bir süre içinde iyileşebilmesine izin vermek üzere koruyucu bir örtüyle kapamanız şarttır. Tüm bunlar ruhsal rehberlerin ellerinizi idare etmesiyle gerçekleşir. Ellerinizi otomatik olarak hareket eder.

Yine Mary vakasına dönelim; hasta vücudundan yukarı kaldırılmıştır, ruhsal öğretmenlerin bakımı altındadır. Beşinci düzey şifasını bitirdiğiniz ve yedinci katmandaki yırtığı algılayabildiğiniz için şuurunuzu yedinci düzey çalışmasına çıkarabilirsiniz. Genizden törpü sesli soluma tekniğiyle nefesinizi hızlandırmaya başlarsınız. Soluma hızınız yükseldikçe, zihninizi şuurunuzu olabildiğince yükseltmeye odaklarsınız. Soluk soluğa kalacağım diye endişelenmeyin; çektiğiniz tüm enerjiyi şifada kullanacaksınız. Yedinci katmana yükselirken, İlahi Zihni deneyimlemeye başlarsınız, burada var olan her şey mükemmellik olarak anlaşılır. Kısa süre sonra altın rengi ışık ellerinizden taşmaya başladığı zaman, rehberler sizi yedinci katmana bağlar (Şekil 22-17). Ellerinizi neredeyse istemsizce Mary'nin üçüncü şakrası üzerinde gezinmektedir. Altın rengi ışığın şakradaki girdabı diktiğini görürsünüz. Ellerinizi olabildiğince hızlı hareket etmektedir; altın rengi iplikçikler ise normalin binlerce katı hızda hareket etmektedir. Altın rengi ışık, bozulmuş girdabı normal haline dönmeye zorlamaktadır. Sizden ne kadar çok enerji aktığına inanamayabilirsiniz. Vücudunuzun bunu telafi edip edemeyeceğini merak edersiniz. Koruyucu bir kalkan tekrar yapılırken aynı şekilde soluk almaya devam edersiniz. Mary'nin tüm bunların farkında olup olmadığını düşünürsünüz ama konuşmazsınız. Odaklanmış halde kalmak için yapmanız gereken çok şey vardır. Sonunda çalışma tamamlanır, şakra normale döner. Soluk alırsınız yavaşlar. Bittiği için mutlusunuzdur. Ellerinizi biraz acıyor olabilir ama kendinizi harika hissedersiniz.

Hızla üst şakraları şelasyonlar ve masanın baş kısmındaki yerinizi alırsınız. Ellerinizi

Mary'nin başının iki tarafına koyun, kalmış olabilecek herhangi bir sağ/sol dengesizliğini dengelemek için şakaklarına doğru hafifçe enerji akıtın. Artık beşinci ve yedinci katmanlar yeniden yapılanmıştır ve aurik formu taşıyabilirler, şimdi sıra altıncı düzeyde onu göksel sevgi ile yeniden yüklemeye gelmiştir.

6. Göksel Düzeyde Şifa (Aurik Alanın Altıncı Katmanı)

Aurik alanın altıncı katmanının şifası için öncelikli olarak kalp, üçüncü göz ve taç şakralarınız yoluyla çalışacaksınız. Hastanın üçüncü gözünün üzerinde ellerinizi yuvarlak bir şey tutuyormuş gibi birleştirin ve başparmaklarınız birbirinin üstünde olsun; titreşimlerinizi ışığa ulaşmak için yükseltin ve üstünüzden akıp önünüzden geçip hastanın merkezi beyin bölgesine akmasına izin verin (Şekil 22-18). Önce kalp yoluyla evrensel sevgiyle bağlantıya geçerek ve sonra bu şuur ile ışığa ulaşarak bildiğiniz en yüksek ruhsal gerçekliğe psişik olarak uzanın. Taç şakrasına geçmeden önce kalp yoluyla hareket ederek bir evrensel sevgi haline girmek çok önemlidir, aksi halde şifa çok zihinsel olacaktır. Hastanın, yani örneğimizdeki Mary'nin varlığının her bir parçasığını derinden sevmeniz şifaya eşlik etmelidir. Evrensel sevgiye bağlı olmak, karşınızdaki kişi için olumlu düşünceler ve sevgi taşımanızı, onun esenliği ve varlığının sürekliliği için tam bir kabullenme ve pozitif irade haline girmenizi sağlar. Bu, o kişinin varlığını kutlamaktır. Bunun anlamı, onun varlık alanına girmeniz gerektir, bunu sadece hayal etmekle kalmazsınız. Bu hali sürdürerek, ışığa ve deneyimleyebileceğiniz en yüksek, en geniş ruhsal gerçekliğe ulaşırsınız.

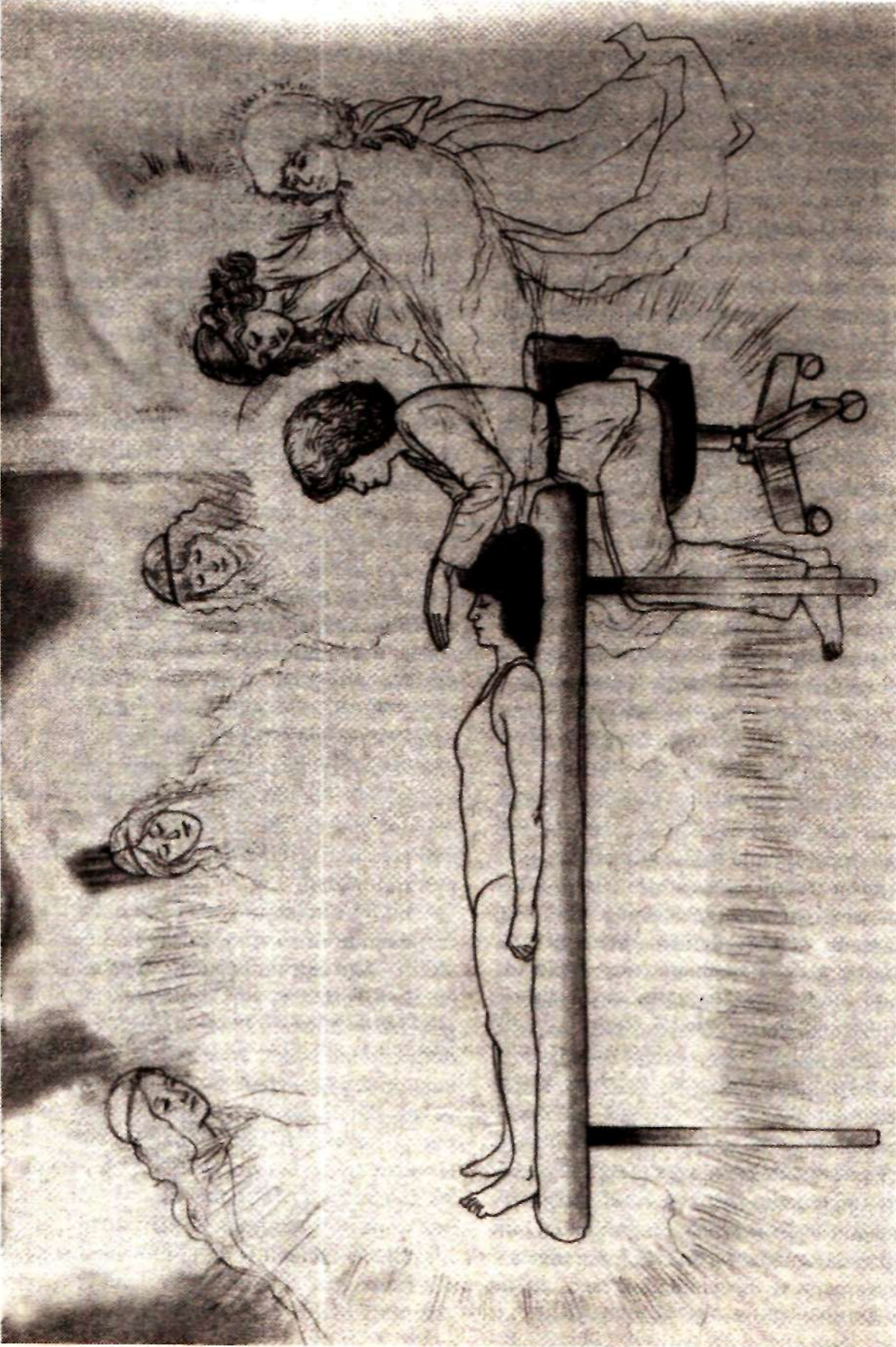
Titreşiminizi yükseltmek için, aktif ve pasif ilkeleri kullanırsınız. Önce, sadece titreşiminizi yükseltmek için gayret edin. Bu, genizden törpü sesi çıkararak soluk alma yoluyla, meditatif odaklanma ile ve zihin gözüyle ışığa uzanmayla sağlanır. Sanki uzaktaki bir ışığa ulaşmak için istek duyduğunuzu hissedersiniz. Hafiflemiştir ve bedeninize daha az bağlı olduğunuzu hissedersiniz. Şuurunuzun bir kısmı omurganızdan dışarı tırmanıyor ve bedeninizden beyaz ışığa doğru uzanıyor gibidir. Işığa yaklaştıkça ve girdikçe duygularınız da daha hoş hale gelir. Kendi-

nizi evrensel güvenlikte bulursunuz, sevgi etrafınızı sarmıştır ve size nüfuz etmektedir. Zihniniz genişlemektedir, normal bir halde iken anlamayacağınız geniş kavramları anlamaya başlarsınız. Daha büyük bir gerçekliği kabul edersiniz; ruhsal rehberler için kavramları sizin aracılığıyla iletmek daha kolay hale gelir, artık dünyanın doğası hakkında önyargılı değilsinizdir, beyninizdeki blokların bir kısmını kaldırmaya başlamışsınızdır. İleri attığınız her adım sizi ışığa daha yaklaştırır. Yıllar geçtikçe, daha yüksek enerjilere ve kavramlara kanal olmaya başlarsınız.

Artık belirli bir yüksekliğe eriştiniz, uzanmaya gayret etmeyi kesin ve beyaz ışığın aurik alanınıza nüfuz etmesine izin verin; alanınızın titreşimi beyaz ışıkla dengeli bir şekilde yükselecektir. Ve sizin alanınızdan, hastaninkine doğru akacaktır.

Beyaz ışık hastanın merkezi beyin bölgesine aktıktan ve titreşim frekansı da buna uygun olarak yükseldikten sonra, bir sonraki titreşimin düzeyine geçin. Hasta da bu düzeye ulaştığında, yine bir sonrakine geçin; bu adım adım uygulamayla, hastanın merkezi beyin bölgesi aydınlanacaktır. Hastanın aurası yanardöner renklerle bezeli beyaz-altın renkli ışıkla dolacaktır. Hasta bazen şifanın bu safhasında ruhsal imgeler görebilir ya da "uykuya dalar". (Bence bunun anlamı, normal hale dönüldüğünde bu deneyimi hatırlama yetisinin kazanılmamış olmasıdır. Bu da bir gün olacaktır ve bu süreç bunun gerçekleşmesine yardım eder.)

Bu tip kanallaşma çok güçlü olduğu için, şifa işleminde bir sonraki aşamaya geçmeden önce altıncı şakra ile bağı koparmak için elinizle ufak bir fiske vurmanız gerekir. Beynin talamus bölgesinin aydınlanması ve auranın beyaz ışıkla dolmasından sonra, eğer zaman varsa, genelde auranın dış düzeylerinde çalışırım. Avuç içlerim yukarı dönük olarak, göksel vücudun ışınlarını parmaklarımla tararım. Bu hareket ellerinizi saçlarınızın arasından geçirmek gibi bir şeydir. Bu işlemi ellerinizi cilde yakın tutarak, sanki aurayı yukarı kaldırır gibi yapmaya başlarsınız. Bu hastaya hafifleme hissi verir, göksel vücuda ışık vererek onu genişletirsiniz. Eğer vakit varsa, deneyin. Mary bundan hoşlanacaktır.



Şekil 22-18. Göksele Düzey Şıfası (Altıncı Tabaka)

7. Ketherik Kalıp Düzeyini Mühürlemek

Göksel düzey aydınlanıp genişledikten sonra, aurayı korur gibi görünen yumurta şeklindeki forma, yani ketherik kalıba doğru ilerlerim. Bu formu ellerimi üzerinde gezdirerek düzgünleştirir, düzeltir ve güçlendiririm. Bu form ayaklar etrafında çok dar olabilir, bazı yerlerde çok geniş olabilir, üzerinde yumrular ve engelleyici bantlar olabilir. (Bu bantların bir kısmı "Zaman Ötesi Travmalarda Şifa" başlıklı bölümde anlatıldığı gibi geçmiş deneyimlerle ilgilidir.) İnce yerler, kırıklar, delikler görülebilir. Bunların onarımı ihtiyacı vardır, tüm formun düzgün ve kusursuz bir yumurta şeklini alması gerekir. Bunu basitçe yönlendirmeye sağlarım. Eğer bir yumru varsa, onu düzeltirim. Eğer ışığa ihtiyaç varsa, enerji akıtarak aydınlatırım. Güçlendirilmeye ihtiyacı varsa, enerji vererek güçlendiririm. Auranın dış düzeyleri çok kolay yönlendirilir ve değiştirilebilir, öyle ki şifanın bu kısmı fazla zaman almaz.

Auranın yedinci düzeyindeki şifayı tamamlamak için, ellerimi hastanın başı üzerinde birleştiririm. Ellerim yumurta şeklinin içindeki başın doksan cm üzerindedir. Sonra tüm vücudun etrafında süpürmeye benzetebileceğimiz bir harekete başlarım. Sol elim sol tarafı, sağ elim sağ tarafı süpürmektedir. Ellerimden çıkan enerji bir kavis çizerek hastanın başından ayaklarının altına dek etkir, bu da hastanın aurasının yedinci düzeyini geliştirir. Ellerimi hastanın göğsünün üzerinde daireler çizerek şekilde hareket ettirirken, auranın yumurta kabuğu formu da güçlenir.

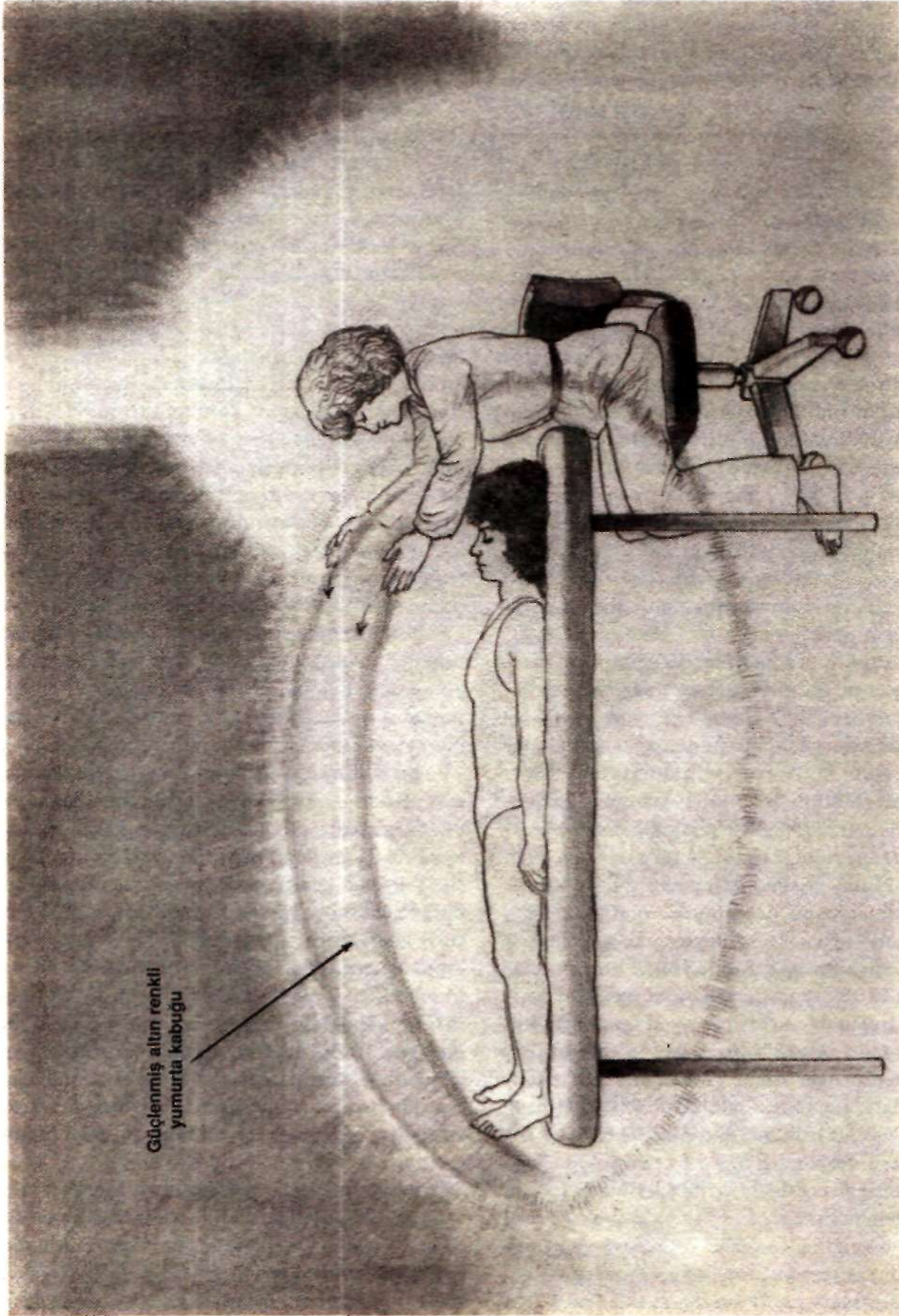
Mary'nin yedinci katmanını güçlendirmek ve şifanın aurasına daha faydalı olmasını sağlayacak koruyucu kabuğu oluşturmak için ellerinizi onun vücudunun üstünde yukarı kaldırın. Hala Şekil 22-19'da gösterildiği gibi hastanın başının üst tarafında oturur pozisyonundasınız. Yedinci katmanın yüksekliği 90 cm ile 1 m arasında değişmektedir. Eğer bunu göremiyorsanız, ellerinizle Mary'nin üzerindeki boşluğu hissetmeye çalışın. Yedinci katmana geçtiğinizde hafif bir basınç hissedeceksiniz. Ellerinizi ve başparmaklarınızı birbirine kenetleyin, avuç içleriniz Mary'nin aurik alanına dönük olsun. Genizden törpü sesli soluma tekniğine, enerji seviyenizi ve şuurunuzu yedinci düzeyde tutmak için ihtiyacınız olacak. Şimdi Mary'nin başından ayaklarına doğru

giden bir kavis yaratarak altın rengi ışığı akıtın. Bu kavisin tüm vücudun etrafında genişlemesini sağlamak için ellerinizi vücut boyunca açın. Sol eliniz sol tarafında, sağ eliniz de sağ tarafında çalışsın. Mary'nin etrafında tam bir yumurta şekli tamamlanana kadar bunu yapmayı sürdürün.

Bu tamamlandığı zaman, ufak bir el hareketi ile kendi alanım ile hastanın arasındaki bağı ellerimi keskin bir hareketle silkeleyerek koparıyorum ve hastanın sağ tarafına geçerim. Şimdi yedinci katman ile dışarıdan yeniden bağlantı kurarım. (Bundan önce şifa sırasında enerji sistemine bağlıydım. Şimdi bağlantıyı kestim ve artık o akışın bir parçası değilim.) Ellerimi nazıkçe yumurta şekilli yedinci katmanın dış kısmına koyarım, hastamı sessizce onurlandırırım ve şifayı tekrar ona yönlendiririm. Onun benliğini, yaşamına sağlık ve denge getirme isteğini ve gücünü ve de ona kim olduğunu hatırlatmadaki küçük katkımı onurlandırırım. Sonra alan ile bağımı tekrar koparıyorum, otururum ve normal uyanık şuur haline geçerim (yedinci düzey şifasına girdiğim sırada, ben de hayli değişmiş bir şuur halindeyimdir). Kendi vücuduma geri dönerim, bu sanki elimi eldivene sokmaya benzer. Enkarnasyonumu, kimliğimi ve burada bulunma nedenimi onurlandırırım. Şifa için gereksindiğim enerjinin vücuduma girmesine izin veririm.

Bu son işlem, şifacının hastayı "bırakması" yardım eder, böylece şifacı hastayı hafta boyunca beraberinde "taşımayacaktır". Bu şekilde kendimizi onurlandırmak da iyidir; bu şekilde şifa çalışması şifacının kişisel yaşamı ile daha iyi bütünleşir. Bu çoğu zaman otomatik olarak gerçekleşmez, çünkü şifa için geçirilen zamanın çoğunda şifacı değişmiş bir şuur halindedir. Bazen tüm bu işleri yapanın sanki bir başka kişi olduğu hissine kapılabiliriz. Bence şifacıların çoğu zor bir hayat sürdürüyorlar ve kendilerini deneyimleri adına yargılamaktan ziyade kendilerini onurlandırmaya ihtiyaçları var. Bence sevgi ve sempatiyi öğrenmek de eğitimin en önemli parçasıdır.

Şimdi yukarıdakileri hastanız Mary ile tekrarlayın. Sağ tarafına geçin, yedinci katmanı ile dışarıdan hafifçe bağlantı kurun. Onu onurlandırın ve şifasını artık ona geri verin. Şifa odasında ondan uzakta bir yere oturun. Tekrar kendi vü-



Şekil 22-19. Şifayı Tamamlarken Auranın Ketherik Kalıp Düzeyini Mühürleme

bireyin öğrenmeye niyetlenmiş olduğu ruhsal dersi her neyse, artık öğretme amacına hizmet etmemektedir.

Sekizinci Düzey Kalkanının uygunluğuna karar veren kişilik düzeyi değil, hastanın üst şudur. Çoğu zaman hastanın bundan haberi olmayacaktır ama Sekizinci Düzey Kalkanının güçlü etkisini duymuş olan bazı hastalar bunu istiyorlar. Bu genellikle işe yaramıyor. Kalkan, ancak ruhsal rehberlerce uygunsa şifacı aracılığıyla verilir. Hastanın alanından uzun süreli bir travmayı kaldırmak şok edici olabilir. Bazen bireyi vücudundan kaldırılan uzun süreli bir travma nedeniyle deneyimlediği daha büyük özgürlük halinden korumak için kalkan uygulaması gerekebilir. Temelde, süreç şudur: Şifacı hastanın aurasına kalkanı koyar, eski travmanın aurayı terk etmesini sağlar, travmadan kalan boşluğu koşulsuz sevginin pembe ışığıyla doldurur ve mühürler. Artık hastanın şifa bulmak ve yıllarca taşıdığı yükten kurtulma hissine alışmayı öğrenmek için bir süre geçirmesi gerekecektir. (Bu, düşündüğünüz kadar kolay değildir: Özgürlük bazen korkutucudur.) Kalkan, hasta onun yerine kalacak pozitif bir hali oluşturduğunda ortadan kalkar.

Kalkanı yerleştirme sıralaması oldukça karmaşıktır; genel temizlenme ve bazı kalıp çalışmaları tamamlandıktan sonra yapılır. Bunu yapma kararı asla şifacı tarafından verilmez; ruhsal rehberler tarafından önerilir. Kalkan yassı ve mavi bir ışık "parçası" görünümünde, düz, sağlam ve sızdırmayan bir yapıdadır. Travmanın hemen üstündeki şakranın alt kenarına oturur ve şakranın köküne yerleştirilir. Sol el, kalkanı oturtmak için bir açıklık yaratır. Bunun için, kalkanın enerji alanı vücudun derinine, ta şakranın köküne dek nüfuz eder; bu arada sağ el yavaşça kalkanı yerine iter. Bu hareket rehberler tarafından izlenir. Kalkan, şakranın alt kenarından çıkan ve travma gören bölgenin üzerinden geçerek vücuttan dışarı hafif bir açıyla çıkıntı yapar. Alt ucu, travmanın dışarı çıkışı için açıktır.

Sol el, kalkanı sıkıca tutar ve tüm kalkanlama ve travma çıkış süreci boyunca hareket etmemelidir; kalkan aurik alanın anatomik kısmını aurik alanın üstünde çalışılan kısımdan ayırmaktadır ve rehberlerin travmalı bölgeyi alanın

diğer kısmından ayrı tutması için bir giriş olarak hizmet görür. Aynı zamanda, hastanın kendi ruhsal rehberleri hastayı korumak ve eğitmek için vücudundan dışarda tutmaktadırlar.

Kalkan bir kez kurulduğunda, şifacı sağ eliyle kalkanın altına ulaşabilir ve dışarı çıkışını sağlamak için travmaya Bütün ile bağlantısını hatırlatmak üzere iletişime geçer. Bu yüksek seviyeli şifa metodu, alanı aşağı düzeylerde bloklardan arındırma işinden farklıdır. Vücudu terk etmeye hazır travmanın enerji-şuuruyla doğrudan iletişim kuran şifacı, kalkan yoluyla travmanın çıkışına bir yol hazırlamaktadır. Travma, vücudu kendi tarzına göre terk eder. Süreci biraz zorlamak bile işlemi bozar ve şifacı baştan başlamak zorunda kalır. Bu işlem, tüm travmanın vücuttan ayrılmasını sağlar. Aşağı aurik katmanlardan şifa sırasında, çoğu zaman alandaki bloklar travmanın bizzat tüm enerjisi değil, travmanın enerjetik göstergeleridir. Bir anlamda, şifanın bu yüksek düzeyinde travmaya adeta kendine has varlığı varmış gibi davranılır, çünkü enerji-şuurun bütünleşmiş bir parçasıdır. Travma ayrıldığı zaman, travmanın bütün etkileri de beraberinde gider ve hasta artık bunlarla uğraşmak zorunda kalmaz. Kalkanın varlığı, bu durumda oluşacak değişimden hastayı yumuşak bir bütünleşme sağlayarak korur. Travma çıktığında, rehberler onu sevgiyle alır ve ışıkla doldururlar. Tüm travma yok olduğunda, bölge beyaz ve altın rengi ışıkla, oyuk da koşulsuz sevginin pembe ışığıyla doldurulur. Yeni pembe alan, daha sonra çevresindeki alana bağlanır. Travmanın çıkışı için kalkanın altında yer alan boşluk artık altın rengi bir mühürle damgalanmış ve sükunet sağlanmıştır. Şifacı artık sol elini, yerinde kalan kalkandan çekebilir. Sol elinin bulunduğu yere, yavaşça sağ elini koyar. Bu, sol eli serbest bırakır ve sol el, yeniden yapılanan ve kalkanlanan bölgeyi hastanın aurik alanıyla bütünleştirmekte kullanılır. Şifacı sol elini yavaşça çekerek aurik vücudun yüksek kısımlarına doğru hareket ettirir ve alanları tekrar bağlar.

Kalkanı kurduktan sonra şifacı altın rengi ışık kıvılcımları akıtarak ana dikey güç akımını güçlendirir. Hasta yavaşça vücuduna yeniden girer. Bunların hepsi bir şifa seans içinde olabilir. Şifacı hastanın dinginliğini artırmak için altıncı

bireyin öğrenmeye niyetlenmiş olduğu ruhsal dersi her neyse, artık öğretme amacına hizmet etmemektedir.

Sekizinci Düzey Kalkanının uygunluğuna karar veren kişilik düzeyi değil, hastanın üst şudur. Çoğu zaman hastanın bundan haberi olmayacaktır ama Sekizinci Düzey Kalkanının güçlü etkisini duymuş olan bazı hastalar bunu istiyorlar. Bu genellikle işe yaramıyor. Kalkan, ancak ruhsal rehberlerce uygunsa şifacı aracılığıyla verilir. Hastanın alanından uzun süreli bir travmayı kaldırmak çok edici olabilir. Bazen bireyi vücudundan kaldırılan uzun süreli bir travma nedeniyle deneyimlediği daha büyük özgürlük halinden korumak için kalkan uygulaması gerekebilir. Temelde, süreç şudur: Şifacı hastanın aurasına kalkanı koyar, eski travmanın aurayı terk etmesini sağlar, travmadan kalan boşluğu koşulsuz sevginin pembe ışığıyla doldurur ve mühürler. Artık hastanın şifa bulmak ve yıllarca taşıdığı yükten kurtulma hissine alışmayı öğrenmek için bir süre geçirmesi gerekecektir. (Bu, düşündüğünüz kadar kolay değildir: Özgürlük bazen korkutucudur.) Kalkan, hasta onun yerine kalacak pozitif bir hali oluşturduğunda ortadan kalır.

Kalkanı yerleştirme sıralaması oldukça karmaşıktır; genel temizlenme ve bazı kalıp çalışmaları tamamlandıktan sonra yapılır. Bunu yapma kararı asla şifacı tarafından verilmez; ruhsal rehberler tarafından önerilir. Kalkan yassı ve mavi bir ışık "parçası" görünümünde, düz, sağlam ve sızdırmayan bir yapıdadır. Travmanın hemen üstündeki şakranın alt kenarına oturur ve şakranın köküne yerleştirilir. Sol el, kalkanı oturtmak için bir açıklık yaratır. Bunun için, kalkanın enerji alanı vücudun derinine, ta şakranın köküne dek nüfuz eder; bu arada sağ el yavaşça kalkanı yerine iter. Bu hareket rehberler tarafından izlenir. Kalkan, şakranın alt kenarından çıkan ve travma gören bölgenin üzerinden geçerek vücuttan dışarı hafif bir açıyla çıkıntı yapar. Alt ucu, travmanın dışarı çıkışı için açıktır.

Sol el, kalkanı sıkıca tutar ve tüm kalkanlama ve travma çıkış süreci boyunca hareket etmemelidir; kalkan aurik alanın anatomik kısmını aurik alanın üstünde çalışılan kısımdan ayırmaktadır ve rehberlerin travmalı bölgeyi alanın

diğer kısmından ayrı tutması için bir giriş olarak hizmet görür. Aynı zamanda, hastanın kendi ruhsal rehberleri hastayı korumak ve eğitmek için vücudundan dışarda tutmaktadırlar.

Kalkan bir kez kurulduğunda, şifacı sağ eliyle kalkanın altına ulaşabilir ve dışarı çıkışını sağlamak için travmaya Bütün ile bağlantısını hatırlatmak üzere iletişime geçer. Bu yüksek seviyeli şifa metodu, alanı aşağı düzeylerde bloklardan arındırma işinden farklıdır. Vücudu terk etmeye hazır travmanın enerji-şuuruyla doğrudan iletişim kuran şifacı, kalkan yoluyla travmanın çıkışına bir yol hazırlamaktadır. Travma, vücudu kendi tarzına göre terk eder. Süreci biraz zorlamak bile işlemi bozar ve şifacı baştan başlamak zorunda kalır. Bu işlem, tüm travmanın vücuttan ayrılmasını sağlar. Aşağı aurik katmanlardan şifa sırasında, çoğu zaman alandaki bloklar travmanın bizzat tüm enerjisi değil, travmanın enerjetik göstergeleridir. Bir anlamda, şifanın bu yüksek düzeyinde travmaya adeta kendine has varlığı varmış gibi davranılır, çünkü enerji-şuuru bütünleşmiş bir parçasıdır. Travma ayrıldığı zaman, travmanın bütün etkileri de beraberinde gider ve hasta artık bunlarla uğraşmak zorunda kalmaz. Kalkanın varlığı, bu durumda oluşacak değişimden hastayı yumuşak bir bütünleşme sağlayarak korur. Travma çıktığında, rehberler onu sevgiyle alır ve ışıkla doldururlar. Tüm travma yok olduğunda, bölge beyaz ve altın rengi ışıkla, oyuk da koşulsuz sevginin pembe ışığıyla doldurulur. Yeni pembe alan, daha sonra çevresindeki alana bağlanır. Travmanın çıkışı için kalkanın altında yer alan boşluk artık altın rengi bir mühürle damgalanmış ve sükunet sağlanmışır. Şifacı artık sol elini, yerinde kalan kalkandan çekebilir. Sol elinin bulunduğu yere, yavaşça sağ elini koyar. Bu, sol eli serbest bırakır ve sol el, yeneden yapılan ve kalkanlanan bölgeyi hastanın aurik alanıyla bütünleştirmekte kullanılır. Şifacı sol elini yavaşça çekerek aurik vücudun yüksek kısımlarına doğru hareket ettirir ve alanları tekrar bağlar.

Kalkanı kurduktan sonra şifacı altın rengi ışık kıvılcımları akıtarak ana dikey güç akımını güçlendirir. Hasta yavaşça vücuduna yeniden girer. Bunların hepsi bir şifa seans içinde olabilir. Şifacı hastanın dinginliğini artırmak için altıncı

düzey şifasına geçebilir ya da şifa seansını yedinci düzeyde sona erdirebilir.

Bu tip çalışmada benim için en büyük mücadele, sadece oturup travmayı uzaklaşmaya ikna etmeyi öğrenmek oldu. Bu, yüksek titreşimle blokları itmeye ya da serbest bırakmaya benzer. Yedinci düzeyin üzerine yükselmek ve orada tam bir sükunet ve denge içinde Tanrı'nın muradıyla aynı çizgide kalabilmek zor. Kişi soluk alışını yavaş, uzun soluklarla kontrol altında tutmalı ve zihnini Tanrı'nın iradesine teslimiyette yoğunlaştırmalıdır. Kişinin benliğinin her bir hücresinde İlahi kıvılcım mevcuttur ve bu, İlahi iradeyi takip eder. Şifacı o İlahi kıvılcıma uymalıdır. Başka bir deyişle, travma üstünde çalışırken, onun enerji şuuru ile iletişim kurarken, Tanrı'nın iradesiyle aynı çizgide kalmalıyım ve travmanın ve vücudun her hücresine içlerinde tanrısal kıvılcımı taşıdıklarını hatırlatmalıyım. Travmaya, o enerji-şuuruna Tanrı'dan geldiğini, ışık ve bilgelik olduğunu ve dolayısıyla evrensel iradeyle ve onun akışıyla kaçınılmaz biçimde bir olduğunu hatırlatırım. Bu, yapması kolay bir şey değil. Başlangıçta, onu çekmeye başlama eğilimi gösteriyordum. Bu da irademin işe müdahale ettiği ve daha aşağı bir düzeye düştüğüm anlamına geliyordu. Bu ani düşüş ruhsal rehberleri vücudumdan dışarı aniden itiyor ve tüm vücudum sarsılıyordu. Bedenimi bırakmaları ya bir sinyal idi ya da benim düşük düzeyli "irade" titreşimime tahammül edemiyorlardı. Böylece her şey baştan başlamamız gerekiyordu.

Sekizinci Düzey Kalkanı, yaşamlarında uzun süre taşıdıkları bir travmanın bir şifa seansı ile yok olmasından sonraki özgürlüğü taşıyamayan hastalar için de gerekli olur; bu boşluğu muhtemelen bir başka negatif deneyimle dolduracaklardır. Bir gün böyle bir şeye tanık olduğumda oldukça şaşırımtım.

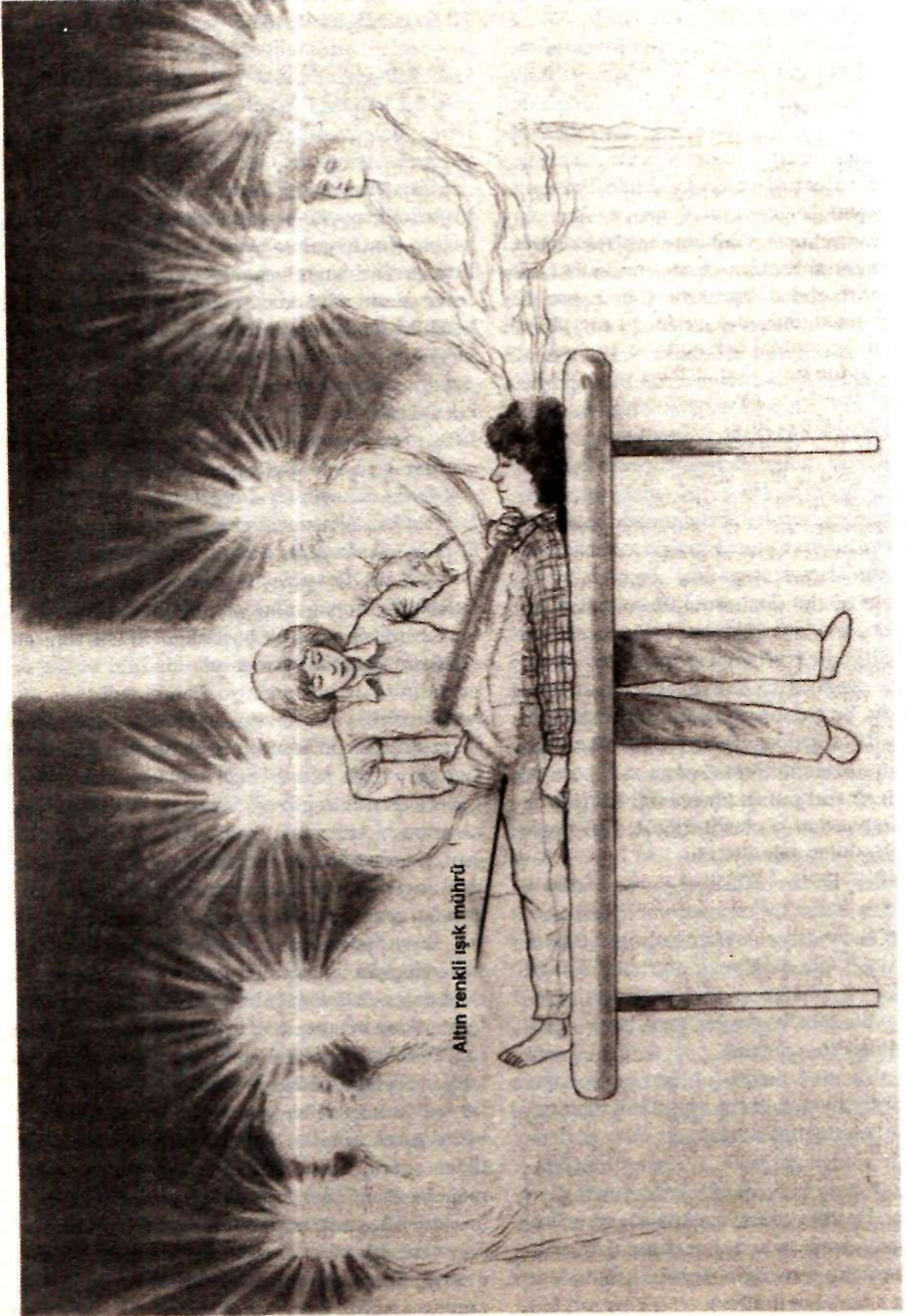
Bir şifa seansı tamamlandıktan sonra hasta ayakta durmasını giymek üzere ayağa kalktığı sırada yeniden yapılanmış altın rengi alan gözlerinin önünde aniden parçalara ayrılıverdi. Şaşkınlıktan, "Bunu nasıl bu kadar hızlı bozdun?" diye düşündüm. Hastayı masaya gerisin geri yatırmak istedim, fakat bunun doğru olmadığını, başka bir şeyler daha gerektiğini anladım. Sonra, bir ruhsal öğretmen olan Emmanuel, arkadaşım Pat

(Rodegast) De Vitalis'in kanallığıyla şöyle dedi: Hasta istediğini söylediği şeyi aslında kabul edemeyeceğini artık biliyormuş ve yaşamının şifayla ilişkili unsurlarıyla yüzleşmeye hazır değilmiş. Bu, kendisi için çok acı verici olacak meselelerle yüzleşmesi anlamına geldiğinden, bunu yapmak istemiyormuş.

Bu deneyimden kısa bir zaman sonra, kalkanı yerleştirmeyi öğrendim. Ayrıca bu kişiye başka bir şifa uygulamamam gerektiğini de anladım, çünkü bu onu negatif kararıyla yüzleştirebilir ve işlerin daha kötüye gitmesine sebep olabirdi. Ben ancak yaşantısındaki diğer meselelerle yüzleşmeye karar vermesini beklemek zorundaydım. Şifaya gelmeye karar verirse, o içsel olarak iyileşirken yükü taşımaktan korunması için kalkanı yerleştirebilirdik. Bundan sonra, kalkan çözülecek ve o da gittikçe artan özgürlüğünü yavaş yavaş deneyimleyebilecekti.

Kalkan şifasının ilginç bir örneği Şekil 22-21'de gösterilmekte. Betty adındaki hastam, bir iş kadını idi. Terapiye gelen bir hastasıydı. Annesi, kendisi üç yaşındayken ölmüştü. Birkaç yıl önce benimle terapiye başladığı zaman, annesinin neye benzediği hakkında bir fikri yoktu ve bir resmini de bulamamıştı. Terapi sırasında annesinin birkaç resmini elde edebilmiş ve annesiyle psikolojik bakımdan bağlantı kurabilmişti. Gerçek annesi kendisi için bir gerçeklik haline gelince, kendine güveni artmaya başladı. Üvey annesini hiçbir zaman kabul edememişti. Bu terapi, üvey annesi ile de ilişkilerinin gelişmesine yardım ediyordu. Gerçek annesinin kaybı yüzünden çektiği acısını yüreğine gömmüştü.

Birkaç yıldan sonra bir terapi seansında, ona neden hiç şifa uygulamadığımı sordu. Bunun nedeninin onun çok sağlıklı olması olduğunu söyledim. Ancak, tam o anda ruhsal rehberlerim bana "kullanmayı yeni öğrendiğim kalkanı" hatırlattılar. Sonraki seans, şifa seansıydı. Normal şelasyon ve temizleme işleminden ve üstünde çalışma gerektirmeyen kalıp düzeyini kontrol ettikten sonra, ruhsal rehberler kalkanı yerleştirmeye ve küçük bir çocukken annesini kaybetmesinden kaynaklanan travmayı ortadan kaldırmaya koyuldular. Kendi ruhsal rehberlerinin desteğinde annesinin de bir ruhsal varlık olarak görünmesi beni çok duygulandırdı. Travma de-



Şekil 22-22. Sekizinci Düzey Kalkanını Mühürleme

diğimiz enerji-şuuru rehberlerin alması ve onu ışıqla aydınlatmaları yerine Betty'nin annesinin bu enerji şuuru sevgiyle kabul ettiğini gördüm (Şekil 22-21). Bu arada, hastanın rehberleri onu korumak ve bilgilendirmek için vücudundan ayırdılar. Kalkan sürecinin sonraki adımında, rehberler meydana gelen boşluğu gül pembesi sevgi ışığı ile doldurdular. Şifa, kalkanın Şekil 22-22'de görülebileceği şekilde mühürlenmesi ile devam etti. Sonra kalkan uygulanan alan ile auranın alt ve üst kısımları arasında yeniden bağlantı kurduk. Böylece vücuttaki ana dikey güç akımını kuvvetlendirdik. Bu tamamlandığında, annenin kaybindan kaynaklanan travma beyaz ışığa dönüşmüştü.

B. Auranın Dokuzuncu Düzeyinin Şifası

Bu işlem hakkında pek az şey biliyorum. Bu düzeyde çalışan rehberlerden gördüğüm kadarıyla, bu, kişinin enerji bedenlerinin (ve bununla birlikte tüm alanların) bütünüyle kaldırılıp yenisinin kurulması gibi görünüyor. Bunları kristalleşmiş ışık gibi gördüm. Bu işlem, hastayı çok hızlı iyileştirme etkisi yapıyor. Tahminimce bu, yaşam görevlerini belirlemek için yeni bir fiziksel doğum/çocukluk deneyimleri olmaksızın aynı bedene tekrar doğmak gibi. Buna birkaç defa tanık oldum.

Rhber Ekipler

Bazen farklı rehber ekipler farklı düzeylerde çalışıyor, bazen de aynı ekip farklı düzeylerde çalışıyor gibi görünmektedirler. Farklı düzeylerde çalışan rehber ekipler değişik karakteristiklere sahiptirler. Astral düzeyde çalışanlar öncelikli olarak kalp ve sevgi konuları ile uğraşıyorlar. Bunlar rahatlatıcı, sevgi dolu, koruyucu, şiirsel konuşan, kendimizi tüm hatalarımızla sevmeyi öğreten rehberler. Ketherik ve esiri kalıplarda çalışan rehberler ise bana çok ciddi, hayli aktif ve "işe koyulmak ister" gibi görünmektedirler. Mükemmel kalıp ve etkin şifa için çalışırlar. Pek duyguları yokmuş gibi görünürler ama aynı zamanda destekleyici ve kabul edicidirler. Yönlendiricidirler. Sekizinci Düzey Kalkanı rehberleri büyük bir kabullenme ve sevgiye dayanan sonsuz bir sabır

duygusu verirler. Dokuzuncu Düzey Rehberlerini algılamam pek zordu ama bana kişisellikten uzak rehberler gibi geliyorlar.

ŞİFA SEANSI FORMATI

Yeni bir şifacıya yardım olarak, şifa formatını önce kısaca bir özetlemem gerektiğini düşünüyorum. Bu şekilde nerede pratik yapmaya ihtiyacınız olduğunu ve nerede kişisel gelişmenizin öne çıkacağını daha iyi analiz edebileceksiniz.

1. Hasta gelmeden önce, kendinizi ışıqla aynı çizgiye getirmelisiniz. "Şifaya Hazırlık" kısmındaki metotlar yardımıyla şakralarınızı açın.
2. Hastanın neden geldiğini iyi dinleyin. Neden özellikle size yönlendirilmiş? Ona ne vermelisiniz? İçsel sesinizi dinleyin.
3. Ne yapacağınızı açıklayın.
4. Sistemindeki enerji akışını analiz edin. Temel bloklar neler? Enerjisini nasıl kullanıyor? Neyi yanlış yönlendiriyor? Bu yanlış yönlendirmenin uzun vadede sonuçları neler? Temel savunması ne? (Bkz. "Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri", "Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" ve "Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" başlıklı bölümler.)
5. Sarkaç ile şakraları ölçün. Kaydedin. (Bkz. "Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" başlıklı bölüm.)
6. Kendinizi ışıqla uyumlandırın ve hizalayın; bir olumlama okuyun; enerji sisteminizi hastanın ki-ne uyumlandırın. Eğer henüz farkında değilseniz, rehberlerinizin farkına varın. Seans boyunca periyodik olarak sisteminizi, rehberlerinizin ve hastanın sistemini de ışıqla hizalamanız gerekecektir.
7. Ayaklardaki solar refleks noktalarından enerji akıtırken şakra okumalarını yorumlayın: Kişinin sorunlarla başa çıkmak için kullandığı akıl, irade

ve duygu; ana kapalı merkez(ler); ana açık merkez(ler) arasındaki dengeyi bulun ve kapalı şakraları açın. Ana konuları belirleyin. Toplayabildiğiniz enformasyonu psişik olarak okuyun. Hastalığın başlangıç nedeni nedir? Hastanın kendini iyileştirebilmesi için sağlayabilecekleriniz nelerdir? (Bkz. "Yedi Ana Şakranın Psikolojik İşlevleri", "Şakra ya da Enerji Merkezi Tanısı" ve "Auradaki Enerji Blokları ve Savunma Sistemleri" başlıklı bölümler.)

8. Tüm beden sisteminlerini tararken aşağı aurik bedenlerin şakralarını şelasyonlayın. Eğer başlangıç seviyesinde bir şifacı iseniz, adım 16'ya atlayın. Geliştikten ve deneyim kazandıktan sonra gerekiyorsa adım 9, 10 ve 11'i de ekleyin. Alanın beşinci, altıncı ve yedinci katmanlarını da algıladıktan sonra adım 12, 13, 14 ve 15'e geçebilirsiniz.

9. Omurga temizlemesi yapın.

10. Özellikle çekildiğiniz bölgeler üzerinde çalışın. Bildiğiniz farklı metotlardan sizce uygun olanları seçin. Kişinin duygusal halini gözlemleyin. Enerji mi alıyor yoksa duygusal bloklar mı kuruyor? Onunla olun. Bloklarından birlikte geçin. Rehberlerinizin belirli hastalıklı bölgelerde çalışmalarını sağlayın. Dinleyin.

11. Aşağı enerji bedenlerindeki belirli blokları temizleyin.

12. Eğer nasıl yapılacağını biliyorsanız, bu, esiri veya ketherik kalıp çalışmasının yapılacağı noktadır.

13. Göksel bedene yönelin (altıncı); merkezi beyin alanına beyaz ışık gönderin. Hipofiz bezinizi titreştirerek titreşimlerinizi yükseltin. Hastanın titreşimleri sizinkilere eriştiği zaman, bir sonraki düzeye geçin ve tekrarlayın. Bunu merkezi beyin alanı aydınlanana kadar sürdürün.

14. Bu noktada, eğer önceden görmediyseniz, hastanın rehberlerini görebilirsiniz, hasta için doğrudan mesajlar alabilirsiniz. Bağlantıyı yumuşak bir şekilde kesin ve açıklığı kapatın.

15. Masanın başucundaki pozisyonda, iki el tekniği ile omurga boyunca üçüncü karıncıktan aşağı-yukarı dikey akım uygulayın.

16. Bu noktada göksel ve astral bedenleri tarayıp açmak isteyebilirsiniz (özellikle de hasta baskı altında ise).

17. Yumurta şekli -ya da küre- formunu güçlendirin ve genişletin.

18. Hastanın sağ tarafına geçin, yedinci katman ile yeniden bağlantı kurun, hastayı ve onun kendine şifa verme gücünü onurlandırın.

19. Bağlantıları nazıkçe kesin, açıklıkları kapatın, hastadan uzaklaşın. Kendi vücudunuza ve yüzünüze dönmek için kendinize birkaç dakika zaman tanıyın. Şifa enerjisinin üzerinizden akmasına izin verin. Kendinizi onurlandırın, kim olduğunuzu ve işinizi onaylayın.

20. Eğer hasta vücudu terk etmişse ve geri dönmek için yardıma ihtiyacı varsa ayaklarını kavrayın ve enerjisini kendinize doğru çekin.

21. Her şifa seansından sonra hastaya bir büyük bardak taze su içmesini hatırlatın, siz de için.

ŞİFA SEANSI ANALİZİ

1. Sırasıyla neler yapıldı? Şifanın her bir adımı nasıl yürütüldü? Hangi adımlar daha kolaydı? Hangilerinde sorun çıktı?

2. Şifa Seansı Formatının 4. maddesini cevaplayın.

3. Şifa Seansı Formatının 7. maddesini yanıtlayın.

4. Hasta ve şifacının içsel süreçleri nelerdi? Merkezlenmenizi yitirdiğiniz ve gerekmediği noktada enerji kaybettiğiniz oldu mu? Nasıl? Bunu şifacı ve hastanın karakter yapısı ile ilişkilendirin.

5. Şifada ne başarıldı? Hastanın içsel ışığına ulaş-

tınız mı? Yüce benliğinin niteliklerinin yapısı nasıldı? Onu nasıl desteklediniz?

6. Yukarıdaki maddeye dayanarak, kişisel olarak ihtiyaç duyduğunuz çalışma nedir?

7. Enerji akışının şifa seansı öncesi ve sonraki halini belirleyin ve çizin.

8. Hastalığın başlangıç sebebi neydi? Bununla nasıl başa çıktınız?

9. Yukarıdaki maddeye dayanarak, bir dahaki sefere ne üzerinde yoğunlaştırdınız? Teşhisiniz nedir? Bu teşhisinize yönelik rehberlerinizden aldığınız bilgiler nedir?

Hatırlayalım:

1. Şifa seansından önce şifacının yapması gereken ilk şey ne olmalı?
2. Enerji akıtmaktan kastedilen nedir? Bedeni şelasyon ne anlama gelir?
3. Şelasyon ne işe yarıyor?
4. Şelasyon için enerji akıtırken şifacı şuurlu olarak ışık rengini kontrol edebilir mi? Neden?
5. Eğer şifacının ilk şakrası aşağı alan düzeyinde kapalı ise, şifada kırmızı ışığı etkili olarak kullanabilir mi? Neden?
6. Bir kalp hastası için, şelasyon yönünü açıklayın. Neden bu şekilde yapılır?

7. Omurga temizleme sürecini açıklayın.

8. Tek elle, iki el ayrı olarak ve iki el beraber enerji akıtma arasındaki farkı açıklayın.

9. Beşinci düzey şifası için eğer rehberlerinizi bulamazsanız ve rehberler işlerini bitirmeden önce ellerinizi hareket ettirseniz ne olur?

10. Kişinin yedinci katmanının hangi üç şekilde yırtılabileceğini belirleyin. (Ayrıca bkz. "Enerji Bloklarından Fiziksel Hastalığa")

11. Tüm aurada bir yırtık varsa, hangi katmanlar dikilmelidir?

12. Eğer yedinci katman yırtılmışsa ve siz ona ulaşamamışsanız, enerji sızıntısı durur mu?

13. Şelasyon tüm auradaki yırtığı tamir eder mi?

14. Hasta, yedinci katman çalışması için neden fizik bedenini terk eder?

15. Beyaz ışıkla tedavide, kişi enerji ve şuurunu nasıl odaklar? Dikkatinizi nerede tutmalısınız? Nasıl tarama yaparsınız?

16. Her bir aurik düzeyde şifayı tanımlayın.

17. Sekizinci Düzey Kalkanı nedir? Ne için kullanılır? Bunun kullanılıp kullanılmayacağına kim karar verir?

18. Tekrar temasa geçmeyi dileyene dek hastanızdan psişik olarak kopmanızı sağlayan, şifayı sona erdiren süreci açıklayın.

19. Şifa için kanallaşma ve bilgi için kanallaşma arasında ne fark vardır?

Üstünde Düşünelim:

20. Şifayı kim yapar?

(İngiliz tuzu, müşil olarak kullanılan magnez-yum sülfat) üstüne biraz alkol döküp bir tavada yakarak odada gezdiriyorlar.

Odanın çeşitli yerlerine konan kristaller de ölü orgon enerjisini toplar. Sonra onları temizlemek için dörtte bir çay kaşığı deniz tuzu ile 125 ml içme suyu karışımında gece boyunca bekletir. Eksi iyon jeneratörü de odayı temizlemeye yarar. Havalandırmasız ya da floresan ışığı ile aydınlatılan bir odada asla çalışmayın. Bu ışıklar auranın normal titreşimine müdahale eden bir frekans üretirler ve bu nedenle alanda bir vuruş frekansının oluşmasına neden olurlar.

Eğer havalandırması olmayan ya da floresanla aydınlatılmış bir odada çalışırsanız muhtemelen hastalanacaksınız. ÖOE vücudunuza toplanır, titreşimleriniz yavaşlar ve zayıflar. İşinizi bırakmak zorunda kalırsınız, enerji sisteminizin kendini temizlemesi de aylar alır. Enerji frekansınız ile birlikte duyarlılığınızın da azaldığını fark edebilirsiniz.

Şifacının Bakımı

Eğer ÖOE enerjisi biriktirdiğinizi anlarsanız, auranızı temizlemek için 450 gram deniz tuzu ve 450 gram kabartma tozu katılmış ılık su ile 20 dakikalık bir banyo iyi gelecektir. Bu banyo, vücudunuzdan fazla oranda enerjinin çıkmasına yol açacağından, banyodan sonra dinlenmeye hazır olmalısınız. Güneşli bir yere uzanmak sisteminizi yeniden yüklemeye yardım edecektir. Sezginizi kullanın; vücudunuz ne kadar gerektiğini size haber verecektir. Bu banyoları, kendinizi temizlemek için haftada birkaç kez yapmanız gerekebilir.

Şifacı ve hasta, seanstan sonra birer bardak su içmelidir. Sisteminizden suyun geçişi vücuttaki ÖOE ve şişkinliğin önlenmesine yardımcı olur. Paradoks gibi gelebilir ama şişkinlik, yeterince su içmemekten meydana gelir. Vücudunuz, ÖOE enerjisini hücrelere yayılmadan suyun içinde tutmak için suyu biriktirince şişkinlik oluşur.

Kristaller de şifacının enerji sisteminin korumaya yardımcı olur. Solar plexus üzerine takılacak kuvars ya da ametist kristal, alanınızı güçlendirecek ve sızıntıyı önleyecektir. Kalp şakrası-

nın üzerine takılan gül pembesi kuvars kalbi korur. Kristallerle şifa hakkında anlatılacak o kadar çok şey var ki. Ben genelde şifada kendi taktığım ametist ya da gül pembesi kuvars ek olarak hastanın üstünde dört kristal kullanırım: Hastanın sol eline (kalp meridyeni) büyük gül pembesi bir kuvars koyarım, sağ eline de büyük şeffaf bir kuvars. Bunlar, seans sırasında açığa salınan ÖOE enerjisini emerler. Demir tortulu büyük bir ametisti de hastanın birinci ya da ikinci şakrasının titreşimini korumak için kullanırım. Demir, hastayı topraklanmış halde tutar. Kristaller hastayı vücut içinde tutmaya yararlar. Solar plexusa konulacak dumanlı bir kuvars buna yardımcı olur.

Eğer bir kristal takıyorsanız vücudunuz için doğru olanı taktığınızdan emin olmalısınız. Kristal eğer çok güçlü ise, alansal titreşimi fazla artıracak ve alanınızı tüketecektir çünkü temel metabolizma hızınız kristalin alanınızda endüklediği orana yetiyecek kadar güçlü olmayabilir; yani daha yüksek titreşimlere yetiyecek için alanınıza yeterli enerji desteğini veremeyeceksiniz. Dolayısıyla enerji kaybedersiniz. Alanınızdan az miktarda daha güçlü bir kristal seçecek olursanız alanınızı güçlendirirsiniz.

Eğer alanınızın titreşiminden zayıf bir kristal takarsanız, bu da titreşiminizi azaltacaktır. Yani hangi kristalin nasıl bir etkisi olduğunu bilmeniz iyi olur. Alanınız güçlendikçe zamanla daha güçlü kristaller seçmeye başlarsınız. Duruma göre de, yaşamın değişik zamanlarında farklı kristallere gereksinim duyabilirsiniz.

Eski mücevher ya da hatıra eşyası şeklindeki kristaller, önceki sahiplerinin enerjilerini taşırlar ve dolayısıyla temizlenmeleri gerekir. Bunun için çeyrek çay kaşığı deniz tuzu ile çeyrek litre deniz ya da kaynak suyunda bir hafta bekletmek gerekir. Artık pek çok kristal mağazası ve atölye çalışması mevcut. Benim tavsiyem, eğer kristal kullanmayı istiyorsanız bunlardan birine gitmeniz ve kullanmadan önce kristaller hakkında yeni şeyler öğrenmenizdir.

Şifa seanslarımda bir masaj masası ve döner tekerlekli bir sandalye kullanıyorum. Böylece tüm günü ayakta geçirmiyorum, sırtıma da dayanacak bir yer sağlıyor. Sandalyenin tekerlekli olması hareket özgürlüğü veriyor, seans sırasında duruma göre ya oturuyor ya da ayakta duru-

23. Bölüm

RENK ve SES İLE ŞİFA

Renkli Işıkla ve Renk Modülasyonu ile Şifa

Çoğu zaman şifacı kendisi yoluyla kanallaştırılan belirli bir rengi tutmaya gerek duyacaktır. Bu aynı zamanda tüm şifa seansı boyunca yapmanız gereken şey, yani alanınızı belirli bir frekans ölçüsünde tutmak anlamına gelir. Enerji düzeyinizi hasta tarafından hangi belirli zamanda ihtiyaç duyuluyorsa o aralıkta tutabilecek kadar duyarlı olmanız gerekmektedir. Belirli bir rengi tutmakla ilgili bazı örnekler, daha önce okuduğunuz esiri kalıp şifası, ketherik kalıp şifası (altın renk), gök-sel frekanslara yükseldiğiniz altıncı düzey şifası, omurga temizlemesi ve şakra yüklenene dek belirli bir rengi tuttuğunuz şakra yüklemesi ile ilgili kısımlarda da verilmişti. Diğer zamanlarda, gerektiği zaman ve şekilde hastaya yüklenmesi gereken belirli bir renk, rehberleriniz tarafından sizden istenecektir. Bu zamanlarda, belirli bir renkte olmayı ve onu korumayı öğrenmelisiniz.

Önceki kısımda, şifada kullanmayı seçtiğiniz rengi üretmeyi öğrenmenin pratik yapmayı gerektirdiğini belirtmiştim. Başlangıç seviyesindekiler için, rengi kontrol etmeye çalışmadan önce renk modülasyonunu öğrenmek önemli bir noktadır. Pek çok şelasyon renk kontrolü olmadan yapılır. Ancak, daha sonraları bir şifa seansı sırasında ruhsal rehberleriniz "oturmanızı" ve kullanmanızı diledikleri belirli bir rengi sabit tutmanızı isteyebilirler. Eğer renk kontrolünü öğrenmezseniz, alanınızın şuursuzca değişmesi durumunda göndereceğiniz renk ile olaya ters anlamda müdahale edebilirsiniz. Demek oluyor ki, alanınızı belirli bir renkte sabit tutabilmeyi öğrenmeniz gerekmektedir.

Dolores Krieger, kitabı *Therapeutic Touch*'ta (İyileştiren Temas) bazı çok iyi renk modülasyon egzersizleri verir. Esasen, belirli bir rengin "içinde olmak" nedir, bunu öğrenmeniz gerekiyor. Bu, imgelemedeki gibi bir rengi düşünme mese-

lesi değildir. Eğer kırmızı düşünürseniz, sarı yaparsınız. Mavi düşünürseniz, sarı yaparsınız. Şifacılar buna "sarı yapmak" diyorlar çünkü düşününce, ortaya sarı renk çıkar. Başlangıç seviyesindekilerin çoğu sarı yapar. Demek ki mavi yapmak için, bu sizin için ne ifade ederse etsin mavi "olmak" zorundasınız. Dolayısıyla bir mavi hali içinde olmanın ne demek olduğunu kendi kendinize denemek zorundasınız.

Egzersiz: Gönderdiğiniz Rengi Kontrol Etmek

Mavi bir elbise giydiğiniz zaman ya da mavi bir camdan gelen mavimsi ışığın altında oturduğunuzda ne hissediyorsunuz? Mavi size ne ifade ediyor? Yine, kullanmaya en alışkın olduğunuz duyurunuzu kullanın. Görme, işitme ve hissetme duyularından hangisiyle bilgiye en iyi erişebiliyorsunuz? Mavi nasıl görünür, nasıl işitilir ve nasıl hissedilir? Camın önüne bir kristal koyun ve oluşan gökkuşağı renklerinin parmaklarınızın üzerine düşmesine izin verin. Her bir renk nasıl hissettiriyor? Renkli bir cam, kağıt ya da plastik alın. Güneş ışığına tutun. Her bir renkle ilişkinizi keşfedin. Aynı boyutta renkli malzemelerden parçalar kesin. Bunları karıştırın. Gözlerinizi kapatın ve içlerinden iki tanesini seçin. Gözleriniz kapalı iken o renkle ilişkinizi keşfetmeye çalışın. Nasıl hissettiriyor size? Sevdiniz mi? Sevmediniz mi? Enerji mi veriyor, enerjinizi mi tüketiyor? Sakin ve rahat hissetmenizi sağlıyor mu? Bedeninizin farklı yerlerine koyun. Bu rengi giymek ister miydiniz? Gözleriniz kapalı olarak en çok istediğiniz rengi seçin. Eğer istersiniz rengi tahmin edin. Ve sonra gözlerinizi açın. Her bir rengin "yapması gerekenler" hakkında önyargılara sahip olduğunuzu keşfedeceksiniz.

Bir eş bulun ve el ele tutuşun, sırayla belirli

bir renkte enerjiyi birbirinize akıtın. Eşiniz seçtiğiniz rengi bulabilecek mi? Pratik, pratik, pratik. Kırmızı akıtmak için, ilk şakranızın temiz olması gerektiğini unutmayın. Turuncu akıtmak için, ikinci şakra, vs. Kısacası bu egzersizden önce şakralarınızın temizlenmesi gerekir. Şakraları temizleme egzersizleri "Şifaya Hazırlık" bölümünde verilmişti.

Auradaki Rengin Anlamı

Pek çok insan gelip bana "Auram ne renk?" diye soruyor. Sonra da "O renk ne anlama geliyor?" diye soruyorlar. Birçok kişi "Aura Okumaları" yaptırıyor, okuyucu onlara auralarının şu veya bu renk olduğunu, bunun da şu veya bu anlama geldiğini anlatıyor. Bu kitaptan anlamışsınızdır, normalde ben bunu yapmıyorum. Eğer birisi "Auram ne renk?" diye sorarsa, genelde "Hangi katmanda?" diyorum. Ya da sadece yapılanmamış düzeylerdeki baskın renklere bakarak, mesela "Esasen mavi, biraz da sarı ve mor," diye yanıt veriyorum.

Emmanuel adlı ruhsal rehber kanallık eden meslektaşım Pat (Rodegast) de Vitalis, renkleri "ruh varlığı" düzeyinde okur. Emmanuel ona kişinin "aurasını" ruhsal varlığı düzeyinde gösterir ve bunun yaşam göreviyle ilişkisini kurar. Bu renkler Pat için belirli anlamlara gelir, bunlarla gördüklerini yorumlar. Bu renkler ve anlamları Şekil 23-1'de verilmiştir. Fakat unutmamalısınız ki bu şekilde anlamlandırabilmek için Pat ile aynı düzeyden bakıyor olmanız gerekir.

Renkleri ruh varlığı düzeyinde okumak için derin meditasyon ile zihninizi temizleyin ve sonra ruh varlığı seviyesinin renklerinin size verilmesini isteyin. Biraz denemeden sonra, bu renkler zihin ekranınızda belirecektir. Bu renklerle beraber, hastanıza bu renklerin anlamlarını açıklamaya yardımcı olabilecek form ve şekiller de görebilirsiniz. Eğer gördüğünüz kırmızı ise, tutku ya da güçlü hisler anlamına gelmektedir. Gül pembesi ile karışmışsa, aşk demektir. Parlak kırmızı, serbest ve ifade edilmiş öfkeyi; koyu kırmızı bastırılmış öfkeyi, kırmızı-turuncu ise cinsel tutkuyu ifade eder. Renk sarı ise, zekaya işaret

Şekil 23-1 YAŞAM GÖREVİMİZ DÜZEYİNDE RENKLERİN ANLAMI

Renk	Ne için kullanıldığı:
Kırmızı	Tutku, güçlü duygular. Aşk, eğer pembe ile karışıkça. Parlak kırmızı: Hareket halindeki öfke Koyu kırmızı: Bastırılmış öfke Kırmızı-turuncu: Cinsel tutku
Turuncu	Hırs
Sarı	Zeka
Yeşil	Şifa, şifacı, besleyici
Mavi	Öğretmen, hassasiyet
Mor	Ruh ile derin bağlılık
Çivit	Ruh ile daha derin bağlılığa gidiş
Lavanta	Ruh
Beyaz	Hakikat
Altın	Tanrı ile bağlantı. İnsanlığa hizmette, tanrısal sevgi.
Gümüş	İletişim
Siyah	Işığın yokluğu, derin unutma, engellenmiş hırs (kanseri)
Kadife siyah	Uzaydaki kara delikler gibi, diğer gerçekliklere açıklık
Kestane	Kişinin vazifesine geçişi

Mavi, öğretmenin ve duyarlılığın rengidir. Ruh varlığı düzeyindeki mor renk, ruh ile derin bağlantıyı gösterir, çivit ise daha derin bir bağlantıya gidişe işaret eder. Lavanta ruh anlamına gelir, beyaz ise hakikat. Altın rengi, Tanrı ile bağlantıyı ve insanlığa hizmette tanrısal sevgiyi. Bir kişinin ruh varlığı düzeyinde gümüş renk varsa, iletişim yeteneği güçlü demektir. Kadifemsi siyah diğer gerçekliklere açılan kapılara işaret eder. Kestane ise kişinin görevine geçişi ile ilişkilidir. Siyah, ışığın yokluğu, kansere neden olan derin unutma ve bastırılmış hırsa işaret eder.

Şifa Seansında Renk

Şifada gökkuşağının tüm renkleri kullanılır. Her rengin alan üstünde farklı bir etkisi vardır. Şüphesiz her renk, o rengi metabolize eden şakrayı yüklemek için kullanılır. Kırmızı, alanı yüklemek, kanseri yok etmek ve soğuk bölgeleri ısıtmak için kullanılır. Turuncu, alanı yükler, cinsel potansiyeli artırır ve bağışıklığı güçlendirir. Sarı, dumanlı bir kafayı temizlemeye ve doğrusal zihin işlevlerini güçlendirmeye yarar. Yeşil her şey için genel dengeleyici ve şifacı olarak kullanılır. Mavi sakinleştirir ve serinletir. Aynı zamanda esiri alanda ve kalkanda da kullanılır. Mor, kişinin ruhu ile bağlantı kurmasına yardım eder. Çivit, üçüncü gözü açar, imgelemeyi artırır ve zihni temizler. Beyaz, alanı yüklemek, acıyı almak ve yerine barış ve huzur getirmek için kullanılır. Altın sarısı, yedinci katmanı tekrar yapılandırır ve alanı yükler, güçlendirir. Kadifemsi siyah; hastayı Tanrı ile huzur, sessizlik ve lütuf haline sokar. Kanser ya da başka bir travma sebebiyle ufalanmış kemikleri tamir etmeye de yarar. Mavi-mor, derin doku ve kemik hücreleri çalışması sırasındaki acıyı yok eder. Aynı zamanda hastanın alanını, vazifesi ile bağlantı kurabilmesi için genişletir.

Genellikle şifa sırasında gelen rengi kontrol etmem, fakat benden gelen rengi koruyup devam ettirebilirim. Nadir durumlarda belirli bir amaç için belirli bir rengi gönderiyorum. Şekil 23-2, hangi rengi ne amaçla kullandığımı gösteriyor. Şakraları yüklemek, hangi düzeyde çalıştığınızla alakalı olarak o şakranın rengini alana akıtmaktır. Genelde günümüz toplumunda zaten zihinsel, analitik ve entelektüel düşündüğümüz için şifa seansında sarı renk fazla kullanılmıyor.

Lavanta ve gümüş renkleri, rehberlerim tarafından, kitabın önceki kısımlarında okuduğunuzdan biraz daha farklı kullanılmaktadır. Alanda yok edilmesi gereken mikroorganizmaları gözlediğimde, ruhsal rehberler önce lavanta, sonra da gümüş rengini kullanarak bunları yok ederler. Önce lavanta renkli ışığı gönderirler; bu ışık, mikroorganizmaların daha yüksek ölçüde titreşmelerini sağlar ve görünüşe göre onları yerlerinden oynatır. Eğer lavanta rengi ışık bunu tam olarak sağlayamıyorsa, rehberler yoğunluk

Şekil 23-2 ŞIFADA RENK KULLANIMI

Renk	Ne için kullanıldığı:
Kırmızı	Alanı yüklemek, kanseri iyileştirmek, soğuk bölgeleri ısıtmak
Turuncu	Alanı yüklemek, cinsel potansiyeli artırmak, bağışıklığı güçlendirmek
Sarı	İkinci şakrayı yüklemek, dumanlı zihni temizlemek
Yeşil	Dördüncü şakrayı yüklemek, dengeleme, genel şifa
Mavi	Sakinleştirme, esiri düzeyi yeniden yapılandırma, kalkan çalışması
Mor	Ruh ile bağlantı
Çivit	Üçüncü gözü açma, zihni temizleme
Lavanta	Alanı zararlı maddelerden arındırma
Beyaz	Alanı yükleme, barış ve huzur, acıyı dindirme
Altın	Yedinci katmanı yeniden yapılandırma, alanı güçlendirme, alanı yükleme
Gümüş	Alanı temizleme (yanardöner gümüş rengi, altıncı düzeyi yüklemek için kullanılır)
Kadife siyah	Hastayı lütuf, sessizlik ve Tanrı ile barış haline sokmak
Mavi-mor	Derin doku ve kemik çalışmasında acıyı dindirme, vazifesine bağlanması için hastanın alanını genişletme

ve frekansı artırarak gümüş rengini yollarlar. Bu güçlü akım mikroorganizmaları bağlı oldukları mekandan koparır. Daha sonra rehberler vücudumu kullanarak enerji akımının yönünü değiştirip lavanta ile gümüş rengi ışığı geri çekerler tabi beraberinde mikroorganizmalar da gelir. Bu işlem, ışıkla vakumlama gibi bir şeydir. Bir kесе mi hastası ile çalışırken, kanı temizleme aşamasında bu yöntemi kullandım ve sonrasında yapı

lan kan testi temiz sonuç verdi. Bu, söz konusu yöntemi kontrol etmek için edinebildiğim tek klinik sonuç oldu.

Mavi-mor ışığın etkisini anlamak için meslektaşım Daniel Blake (Structural Bodywork Institute, Santa Barbara-California) ile deneylere başladık. Bana derin doku işlemi uyguladı ve karşılığında derslerime devam etti. O benimle çalışırken, derin dokular üzerinde renk birleşimlerini kontrol ediyorduk. Parmak uçlarından çıkan mavi-mor parlamayı güçlü biçimde tutmayı başardığı zaman, acı vermeksizin kas dokularıma inmeye başladı. Eğer dikkatsiz davranıp rengi "düşürseydi", kaslarım acıyabilirdi. Gelen rengi kontrol etmek, çalışmalarında kendisine çok fayda sağladı; bu şekilde kasların ve yapısal düzenlemelerden daha derinde daha büyük değişiklikler yapabili. Çalışmasının bir noktasında, kemik düzeyine bile inebildi. Mavi-mor ışığı beyaz ışık ile karıştırarak, kalça kemiğindeki hafif çarpıklığı güçlendirdi. YDA ile olup biteni izlerken, kendilerini yeniden düzenleyen kalça kemiği hücrelerimi görebildim. Fiziksel olarak oldukça hoş bir histi. Heyoan'a göre kemikteki bu dönüş hareketi, kemik gelişimini doğrudan etkileyen piezoelektrik etkisi ile ilişkilidir. Kemiklerdeki piezoelektrik etkisi şu anlama geliyor: Kemik dokusunda baskı oluştuğu zaman, mesela yürürken, bu baskı kemik boyunca bir küçük elektrik akımına sebep oluyor. Derken kemik akımın yönüne göre daha hızlı büyüyor. Eğer baskı yanlış bir hizalanışla oluşuyor ve bu şekilde sürüyorsa, kemik çarpık ya da yanlış gelişiyor. Benim vücudumdaki yanlış hizalanma, bir araba kazasından kaynaklanıyor. Daniel'in çalışması ile bu durum ortadan kalktı.

Şifacılık kariyerimin belirli bir noktasında, rehberlerim siyah ışığı kullanmaya başlamam gerektiğini söylediler. Bu bana sıra dışı göründü, çünkü siyah genellikle aurada hastalık ile bağlantılıdır. Ancak bu siyah, kanser siyahı değil, kadife siyahı idi; yani kadifemsi yumuşaklıkta bir siyah. Rahimde tutulan yaşam potansiyeline benziyordu. Bu, hepimizde bulunan ve farklılaşmamış yaşamla kıpır kıpır kaynayan bilinmeyen dişiliğin siyah gizemi idi. Kadife siyahı bir boşlukta oturmak, yaratıcı ile beraber olmanın başka bir yoludur, ancak bu sefer formsuzdur. Bu, barış

ve sessizlikte oturmak demektir. Tamamen ve yargılamadan orada olmak demektir. Tanrısal Lütfun içine girmek ve hastanızı da beraberinizde o Lütfun içine getirmek demektir. O an her şeyi kabul etmek demektir. Heyoan, diğer ruhsal şifacı rehberler ve ben, kanser ya da çok önemli başka hastalıkları olan hastalarla bir saat boyunca bu şekilde otururuz. Bu, çok etkili bir şifa yöntemidir. Bu, hastaya İlahi olanla birlik halinde olma şansı verir.

Şifa için Ses Vermek

Auradaki renklerin, ses ile doğrudan ilgili olduğunu gördüm. Auraya farklı perdelerden sesler vermek, sadece farklı ve belirli renklerin oluşmasını sağlamakla kalmıyor, şifaya farklı ve güçlü bir etki de katıyor.

Multiple Skleroz (doku sertleşmesi) ya da kısaca MS, şifacılar arasında uğraşması en zor hastalıklardan biri olarak bilinir. Alanında MS olan bir hastada değişiklik yapmak oldukça güçtür. Bir haftalık yoğun eğitim kurslarımdan birinde, bir öğrencim MS idi. O hafta boyunca ara ara öğrencilerim ile birlikte Liz adındaki bu öğrenci üzerinde çalıştık. Birkaç öğrenci, Liz'in kuyruk sokumu bölgesinde büyük bir yarayı görebildi. Liz için yaptığımız ilk grup şifasında, normal şelasyon uygulandı ve kadın birçok duygu halleri geçirdi. Grup onu iyileştirdi, onu sardı ve onunla birlikte ağladı. Şifa seansının ikinci saatinin sonunda, ben ve YDA'yı kullanmayı öğrenen bir öğrencim, söz konusu yaraya dokunulmamış olduğunu gördük. Hafta ilerledikçe, her öğrenci kendisini en çok bağlantıda hissettiği şifa yöntemini geliştirmeye başladı. Bazıları kristalleri seviyordu, bazıları sevgi üstünde yoğunlaşıyordu, diğerleri ruhsal ameliyatı kendilerine yakın buluyorken, birkaçı ses verme üstünde çalışıyordu. Hafta sona erdiğinde Liz ile tekrar çalıştık. Herkes seçtiği şifa türüyle elinden geleni yaptı. Birkaç öğrenci ses ile çalışırken, ikisi kristaller ile, birkaçı sevgiyle odaklanarak çalıştı, birkaçı da enerji akıttı. Bir grup halinde eşzamanlı olarak çalıştık. Ve şunu keşfettik; kristal kullananlar, ses verenler ile beraber çalışırlarsa, yarayı alandan kaldırabilmekteydi. Verdikleri ses ile

zayıflayan yara, kristali bistüri gibi kullanarak çıkarılabiliyordu. Ses verenleri çıkardıkları sesin perdesini biraz değiştirmeleri ve böylece biraz daha yarayı yerinden sökebilmeleri için yönlendirdik. Liz'in dediğine göre 15 yaşından beri bacağına çektiği ağrı kaybolmuştu. Yürümesi biraz daha iyileşmişti ve bu kitap yazılırken, ki bu olaydan dört sene sonraydı, yürümesi gittikçe düzelmeye devam ediyordu. Bu, Liz'in kendi kendine şifa verme hikayesinin yalnızca küçük bir parçası. Neredeyse tamamen felç olmuş vücudunu tekrar kullanabilmeye başladı.

Bu olaydan beri şifa seanslarımda sesi düzenli olarak kullanıyorum. Şakraları yükleyip güçlendirmek için sesi doğrudan üstlerinde kullanmaya başladım. Ağzımı söz konusu şakradan yaklaşık üç cm yukarıda tutuyorum. Her şakranın değişik bir ses perdesine ihtiyacı var ve bu da her insan için farklılık gösterebiliyor.

Her şakranın ses perdesini bulmak için, rezonans sağlanana kadar sesleri deniyorum. Bu rezonans, hasta tarafından duyulup hissedilebiliyor. Ben ayrıca alanı da görebildiğim için, şakranın sese verdiği tepkiyi de görebiliyorum. Doğru perdeyi bulduğumda, şakra geriliyor ve düzgün ve hızlı bir şekilde dönmeye başlıyor. Rengi parlaklaşıyor. Bu sesi bir süre tuttuktan sonra, şakra gerektiği kadar enerji ile dolmuş oluyor. Ve böylece diğer şakraya geçiyorum. Birinciden başlayıp yedi şakra için de bunu uyguluyorum.

Bu ses verme işleminin ilginç bir etkisi, ki bu hasta tarafından da gayet iyi hissedilebiliyor, hastanın imgeleme yetisinin artmasıdır. Eğer hastanın yüklenmemiş bir şakrası varsa, büyük olasılıkla onun rengini zihninde canlandıramayacaktır. Ancak, söz konusu şakra üstüne birkaç dakika ses uygulanmasından sonra hasta şakranın rengini imgelemeye başlıyor.

Grup içinde ses verme işlemini gösterdiğim zamanlar, gruptaki herkes şakrada doğru rezonansın yakalandığını görebiliyor.

Şakralara ses verme konusunda geçerli olan her şey, bedeninin organ ve kemikleri için de geçerlidir. Ağzımı söz konusu organın bulunduğu yerde, vücudun üç cm üstünde tutup ses veriyorum. YDA ile organı gözlüyorum ve sesin ne zaman gerekli etkiyi gösterdiğini anlıyorum. Bu etki, bazen bir enerji akımı olabiliyor, bazen de or-

ganı güçlendiriyor ve temizliyor. Tepkiyi gözlüyorum. Birkaç aylık bir ses verme şifası ile kolit ülseri tedavi etmiştim. Hasta böylece birkaç doktor tarafından önerilen bağırsak ameliyatından kurtulmuş oldu. Bu tedavinin bir kısmı, teybe kaydedilmiş seslerin hastaya günde bir ya da iki kere dinletilmesinden oluşuyordu.

Bu tip ses verme tedavisi, hasar görmüş disklerde, doku gelişiminin desteklenmesinde, bedenden durgunlaşmış sıvıların atılmasında, organların birbirleri ile dengeli bir şekilde çalışacak şekilde ilişki sağlamalarında kullanılır. Anladığıma göre her organ, doku, kemik ve sıvı farklı ton ve modülasyonda sese ihtiyaç duyuyor. Farklı tonlardaki seslere ek olarak, farklı tiplerde sesler dinletmek gerekiyor. Geleneksel Hint öğretileri, her şakra için bir Sanskrit harfi ve belirli bir ses verir. Bunlarla henüz çalışmadım, fakat çok güçlü şifa formları olduklarını tahmin edebiliyorum.

Bazı müzik grupları, mesela Robbie Gass', özellikle şakraları açmaya yönelik müzik yapıyorlar. Gittiğim bir konserde Robbie, korosuna iki saat boyunca hiç ara vermeden şarkı söylemişti. Bu iki saat boyunca söylenen parçalar, ilk şakradan başlayacak şekilde tüm şakraları açmak amacıyla seçilmişti. Bitirdikleri zaman, dinleyicilerin çoğunun şakraları açılmış ve yüklenmişti. Herkes çok iyi vakit geçirmişti. Müzik gerçekten şifa vericidir.

Hatırlayalım:

1. Şifacının kanallaştırdığı ışık rengini ne zaman şuurulu olarak kontrol edebileceğine dair örnekleri sıralayın ve nasıl olduğunu açıklayın.
2. Seçilmiş rengi kanallaştırmada zor olan nedir?
3. "Sarı yapma"nın manası nedir?
4. Genel olarak şu renklerin şifa sürecindeki işlevleri nelerdir: kırmızı, turuncu-kırmızı, altın rengi, yeşil, pembe, mavi, mor ve beyaz?
5. Lavanta ve gümüş renginin işlevleri nedir? Bu ikisi arasındaki fark nedir?
6. Siyah ışık nasıl kullanılır?
7. Mavi-mor ışığın derin doku uygulamasındaki etkisi nedir?

8. Bir renge kanal olmak için onu nasıl modüle edersiniz (yaratırsınız)? Birkaç yol anlatın.
9. Şifada renk ve ses arasında ilişki var mıdır? Nasıl?
10. Ses vermenin aura üzerindeki etkisi hangi fiziksel kurala dayanır?
11. Ses her bir şakra için nasıl kullanılır? Sesin şakra üzerindeki etkisi nedir?
12. Ses organlar üzerinde nasıl kullanılır ve etkisi nedir?
13. Etkili notayı nasıl bulursunuz? Bunu yapmanın iki yolunu anlatın.
14. Ruhsal rehberinizin ürettiği sese pasif olarak kanal olabilir misiniz? Bu, aktif ses işleminden ne şekilde farklıdır?

24. Bölüm

ZAMAN ÖTESİ TRAVMALARDA ŞİFA

Pek çok insan, ruhsal gelişim yolculuğunun bir noktasında, geçmiş yaşam deneyimleri de diyebileceğimiz zaman ötesi deneyimler edinmeye başlarlar. Bazıları meditasyon yoluyla önceden ne olduklarını ve ne yaşadıklarını öğrenme yoluna giderler. Bazıları, "bir başka hayatta" edindikleri travmatik deneyimleri derin terapi çalışmalarında tekrar yaşarken sanki gerçekten yeniden yaşadıklarını hissederler.

Zaman ötesi deneyimleri kendi sınırlı duyu ve algılayış çerçevemizde tanımlamamız kolay değildir. Bu deneyimi açıklamak için geçmiş yaşam gibi son derece yetersiz bir terim kullanıyoruz. "Kendimizi Nasıl Gördüğümüz ve Gerçek Halimiz Arasındaki Paralellik ve Batı'daki Bilimsel Görüşler" başlıklı bölümde de gördüğümüz gibi, pek çok fizikçi ve mistik konularla uğraşan pek çok insan, zamanın doğrusal olmadığı ve yaşadığımız dünyanın üç boyutlu olmadığı konusunda birleşiyorlar. Pek çok yazar, çok boyutlu gerçeklikten söz ediyor. Einstein, geçmiş ve gelecek tecrübelerin daimi olarak var olduğu bir zaman-uzay devamlılığından, Itzhak Bentov doğrusal zamanın yalnızca üç boyutlu gerçekliğe dayandırılan bir uydurmaca olduğundan bahsediyor.

Egzersiz: Doğrusal Olmayan Zamanı Deneyimlemek

Stalking the Wild Pendulum (Çılgın Sarkacın Peşinde) isimli kitapta Bentov bu noktayı açıklayabilmek için bir egzersiz verir: Meditasyon odasında sessizce oturun ve gözünüzün önünde rahatça görebileceğiniz bir saat bulunsun. Gözleriniz kısık olsun ve sadece dakikaları gösteren yelkovanın hareketini takip edin. Meditasyon yoluyla yüksek şuur düzeyine eriştiğiniz zaman gözlerinizi hafifçe aralayarak yine yelkovanı ba-

kın. Ne oldu? Pek çok insan hareketin durduğunu ya da önemli ölçüde yavaşladığını söylüyor. Şüphesiz, siz bunu görür görmez, duygusal tepkiniz muhtemelen sizi o bildik normal gerçeklik düzeyine geri çekecektir; yelkovan ileri zıplayacak ve saat de normal doğrusal hızına geri dönecektir. Burada ne olmuştur? Bentov'a göre zaman doğrusal değil, sübjektif (öznel) olarak deneyimlenir; ve biz rahatlık olsun diye sözümona doğrusal bir zaman yapısı yaratıyoruz.

Edgar Cayce de, Jane Roberts da Einstein gibi geçmiş ve gelecek deneyimlerimizin şimdi yaşandığı birçok boyutlu gerçeklikten bahsediyorlar; bu deneyimlerin kendi boyutları vardır ve her bir boyuttaki her ayrı kişilik, daha büyük bir varlığın veya ruh varlığının ifadesinin bir parçasıdır. Roberts'a göre, biz bu boyutlara ya da "yaşamlar"a bilgi ve anlayış almak için nüfuz edebiliriz. Bunu yaparak, bu boyut ya da şimdiki yaşamları, diğer boyutlara dönüştürebiliriz. Veya daha popüler bir terim kullanacak olursak, şimdikiyi nasıl yaşadığımız geçmiş ve gelecek yaşamlarımızı etkiler.

Bunların hepsi de anlaşılması kolay olmayan şeyler fakat gerçekliğin yapısı hakkındaki düşünce sınırlarımızı ancak bu şekilde zorlayabiliriz.

Terapi ve şifa düzeylerinde, esas olarak dönüşüm süreci amaç alındığı takdirde, geçmiş yaşamlarla çalışmanın oldukça etkili olduğunu gördüm. Bu, oyunlar oynayabileceğiniz ya da egoyu şişirmek için kullanacağımız bir şey değildir. Hepimiz bir hırsız ya da çiftçi olmak yerine kral, kraliçe, soylu biri olarak yaşamış olmayı düşünmeyi tercih ederiz. Zaten asıl mesele bu değildir. Geçmiş yaşamları yeniden deneyimlemenin yararının, bizi en büyük potansiyelimize ulaşmaktan ve yaşam görevimizi tamamlamaktan alıkoyan şimdiki sorunlardan kişiliği azat etmek olduğu açıktır. Geçmiş yaşamlarla ilgili so-

runlar, geçmiş yaşam anıları doğal ve zorlama olmaksızın ortaya çıkartıldığında, her zaman kişinin şimdiki yaşamda başa çıkmaya çalıştıklarıyla ilgilidir. Bu gerçek, işi yaşamlar arasındaki bağlantıyı kurmak olan şifacı ve terapistlerin hiç unutmaması gereken önemli bir noktadır. Ancak bundan sonra, geçmiş yaşam anısı, şimdiki yaşamın sorunlarına yardımcı olmak üzere bu yaşamın koşullarına uygulanabilir.

Bazı terapistler, hastanın vücudu ile kontak kurulan, örneğin terapistin hastayı bir annenin çocuğunu kucaklar gibi kucakladığı annecilik tipi terapilerde, hastanın bir geçmiş yaşamını kendiliğinden görürler. O zaman terapist bunu seansa çok duyarlı biçimde ekleyerek terapi sürecinde bu bilgidен yararlanabilir.

Geçmiş Yaşam Travmasını "Görmek" ve Şifa Vermek

Geçmiş yaşam travmasını "görme"nin ve şifa vermemin, şifanın hangi aura düzey ya da düzeylerinde yapılacağı ile ilgili olarak üç temel yolu vardır. Ketherik düzeyden en alttakine kadar bütün düzeyler, geçmiş yaşam travmasından bir şekilde etkilenir. İlk dört aurik düzeyde geçmiş yaşam travması normal bir enerji bloğu olarak görünür. Esiri ve ketherik düzeylerde, yapısal bir problem olarak belirir ve ek olarak, ketherik düzeyde geçmiş yaşam, alanın yumurta kabuğu şeklindeki düzeyinde bir bant ya da halka olarak görünür.

Geçmiş yaşamı "görmek" için, hastanın bana anlattığı sorun, hastalık ya da şifa konusuna ilişkili olan geçmiş yaşam sahnesi bana "verilir". Ya da ellerimi belirli bir bloğun üstünde tutarım ve geçmiş yaşamı görürüm. Yumurta kabuğundaki bantlarla ilgili olan geçmiş yaşamları okumak için, ellerimi bandın üzerine koyar ve resimleri görürüm. Şimdi bu üç yöntemi daha detaylı olarak açıklayacağım.

Auranın Aşağı Dört Düzeyindeki Geçmiş Yaşam Bloklarına Şifa Vermek

California'daki Healing Light Center'da Petey

Peterson'dan öğrendiğim geçmiş yaşam bloklarını temizleme yöntemi, kişinin şimdiki yaşamında özgürlüğüne engel olan blokları ortadan kaldırmamda oldukça etkili bir yoldur.

Bu çeşit bir çalışma, ilk olarak bu yaşamdaki bloklara seslenir. Şifacı enerjisini bloklara odaklar. Bu, enerjinin bloktan uzaklaşmaya başlamasına ve travmanın hafiflemesine neden olur. İlk katmanlar bu yaşamda oluşmuş bloklardır; ve temizlendikten sonra, diğer yaşamlardan kalan travmalar açıkta kalır ve yine aynı şekilde çalışmaya devam edilir. Şifacı, bu çalışmayı yapabilmek için hastadaki çok güçlü, acılı, korkutucu ve kızgın duygularla başa çıkma konusunda deneyimli olmalıdır. Şifacı, hasta bu duyguları yaşarken onun yanında olmalıdır. Eğer bu duygulardan etkilenirse, şifacı enerjisini geri çekmemelidir, tam aksine orada bulunmaya devam etmeli, hastayı deneyim boyunca destekleyecek bir destek temel enerjisi akıtarak hastanın bu duyguları yaşamasını ve tamamlamasını sağlamalıdır.

Bunu yapmak için, kişi şifa sürecine normal biçimde ışıkla hizalanarak başlamalı (Bkz. "Şifaya Hazırlık" başlıklı bölüm) ve hasta, şifacı ve Evrensel Enerji Alanındaki rehberler arasındaki enerji sistemlerini dengeye sokmalıdır. Sonra, şelasyon sırasında, şifacı sistemdeki blokların yerlerinin farkına varacaktır. Şifacı, o seansta üstüne yoğunlaşması uygun olan belirli bloklara sezgi ya da rehberlikle yönlendirilir. Şifacı sonra ellerini hastanın vücuduna koyarak o bölgeye enerji akıtmalıdır. Çoğu zaman sağ el vücudun ön kısmında, sol el de arka kısmında olur.

Yeterli miktarda enerji akışı sağlandıktan sonra, şifacı hastadan hafızasını açmasını sağlamasını ister ve hastanın oraya ilk kez bir blok koyduğu zamana gider. Şifacı bloğa enerji akıtmaya devam ederken, hasta da zamanda geri gider. Şifacı genellikle hasta hatırlamaya çalıştıkça söz konusu olaya ait resimler almaya başlar. O zaman hasta da resimleri görür veya bu deneyime ait duyguları yaşamaya başlar (ya da her ikisi birden). Hasta olayı tekrar tamamen yaşadığını hissedebilir ya da sadece bir gözlemci olarak olaya tanık olabilir. Şifacı hastaya kendi gördüklerinin ne olduğunu, bunun uygun olup olmadığına bağlı olarak, söyleyebilir ya da söylemeye-

bilir. Bu genelde, özellikle de hasta görmüyorsa, uygun değildir. Şifacı daima hastanın enerji sistemine saygı duymalıdır; çünkü hastanın geçirdiği travma hakkında ne kadar çok bilgiyi tolere edebileceğini belirleyen bu sistemdir. Ancak eğer hasta travmayı yeniden yaşarsa, bu durum, şifacının kendi "gördüklerini" o bilgiler yoluyla doğrulaması açısından iyidir.

Bu durumlarda keşfin zamanlaması çok önemlidir. Eğer geçmiş yaşam bilgisi doğru zamanda ortaya dökülürse, bu kişinin kendisini daha iyi anlamasını ve sevmesini sağlar. Eğer zamanlama yanlışsa, kişinin kendine ve diğer insanlara karşı olan olumsuz hislerini daha da güçlendirebilir. Örneğin, kişi bir geçmiş yaşamında birine karşı vahşice davranmışsa, kendini bu yaşamında suçlu hissetmeksizin bu bilgiyle başa çıkamayacaktır. Eğer kurbanı bu hayatında da tanıyorsa, işler daha da zorlaşacaktır. Veya durum tersi olabilir, kişi şimdiki yaşamında tanıdığı birinin bir geçmiş yaşamda kurbanı olduğunu öğrenir ve bu kişiye karşı zaten duyduğu kin duygusunu haklı çıkarmak için bahane olarak kullanabilir.

Travmanın tecrübe edilmesinden sonra, şifacı hastaya bu travmadan vazgeçip gitmesine izin verip vermediğini sorar. Eğer cevap evet ise, şifacı bunu sahadan kepçeleme yoluyla çıkarıp atar. Şifacı ve hasta, eskiden travmanın olduğu yerde oluşan boşluğu koşulsuz sevginin gül pambesi ışığı ile doldururlar, bunu kalp şakrasında çalışarak yaparlar (Bkz. "Renk ve Ses ile Şifa").

Hasta travmanın bırakılması sorusunda "hayır" cevabı verebilir. Bunun anlamı, daha tecrübe edilecek şeyler vardır ve hastanın bu travmayla işi bitmemiş demektir veya şifacı daha yapacak işler olduğunu düşünmektedir. Şifacı tekrar enerji akıtma işlemine başlar ve hastanın travmayı daha dolu dolu yaşamasını sağlar. Şifacı bloğa akıttığı enerjinin yoğunluk ve frekansını artırır. Bu işlem, o bölge temizlenene ve hasta travmayı terk etmeye hazır hale gelene kadar devam ettirilir ve daha sonra da boş kalan bölge koşulsuz sevginin gül pambesi ışığı ile doldurulur.

Eğer bölge temizlenmediyse, deneyimlenen travmanın altında bir başka travma daha yatıyor demektir. Bu şekilde, bedenin aynı bölgesinde

farklı yaşamlardan gelen beş travmanın katmanlar halinde üst üste yer ettiğine rastladım. Bu beş katman, hastanın bu hayattan kaynaklanan travma katmanlarının temizlenmesinden sonraya bırakılmalıdır. Başka bir deyişle, kişi tarafından deneyimlenen bu travmalar hastanın hayatında yer alış sıralarına göre kronolojik olarak dizilmiş durumda bulunurlar. Bir travmayı temizlediğiniz zaman, onun altındaki açıkta kalmış olur ve onu temizlemeye geçersiniz.

Çoğu zaman bir hasta bir geçmiş yaşamını yeniden deneyimlemeye başladığında, vaiz Rosalyn Bruyere'e göre, doğru akım (DC) alan kayması diyebileceğimiz çok güçlü bir alan etkisi meydana gelir. Vaiz Bruyere'e göre, tüm aurik alan normalden daha geniş bir boyuta gelir ama yüksek titreşim oranını yine de korur. Neredeyse normalin iki katı enerji hemen hemen 48 saat boyunca alanda kalır ve hastayı çok incinebilir ve etki alabilir hale getirir. Şuurluna varılmamış hatıraların büyük kısmı bu süre zarfında açılır, böylece anılar hastanın şuurluna doğru akarlar. Hastanın, şifanın devam etmesi ve tamamlanabilmesi için sakin, güvenli ve vücudu besleyici bir ortamda kalması çok önemlidir. Dış kaynaklardan gelebilecek hoş olmayan deneyimler, böyle zamanlarda hastayı olumsuz etkilediğinden bunlardan özenle kaçınılması gereklidir. Bu, alanın sağlıklı akış modellerini tekrar kurma sürecidir ve bu 48 saat dengeli bir şekilde geçirilirse, sistemin normal akışı sağlanır ve şifa kalıcı hale gelir. Şifacının olup bitenleri hastaya açıklaması ve bu zaman içinde gerekenleri yapabilmesi ve kendine özen göstermesi için hastayı teşvik etmesi gereklidir. Bu süre boyunca güce saygı duyulmalıdır. Bu, bir kişinin şoka girmesine benzer bir süreçtir.

Hasta zamanda geri gittikçe, travmalar en baştan geriye doğru birbiri ardına temizlendikçe, bloke edilmiş bölgeler de sırasıyla temizlenir. Her katmanda oluşan boşluk, bir diğerine geçmeden önce koşulsuz sevginin gül pambesi ışığı ile doldurulur. Dolayısıyla, kişinin beden bloklarını arındıran herhangi bir doğal sürecin (ki çoğu ruhsal uygulamada böyle süreçler vardır) sonuç olarak geçmiş yaşam deneyimlerini temizleyeceği açıktır. Geçmiş yaşam temizliğinin, kişinin yaşam yolu üstündeki doğru bir noktada yapılma-

sı gerekliliğinin önemini belirtmiştik. Bu noktaya ancak şimdiki yaşamla ilgili gerekli temizlemeler yapıldıktan ve kişinin özel yaşamında düzen hakim olup da bu yaşamında başa çıkması gereken konulardan kaçınmak için geçmiş yaşam deneyimlerini kullanmaya artık pek niyetlenmediği bir zamanda gelinebilir.

Uygun zamanda yapıldığında geçmiş yaşam temizlemesi, onları temizlemek için pek çok ruhsal çalışma yapılmış olmasına rağmen kişinin yaşantısında pek değişmeyen şeyleri bile açığa çıkartabilir. Demek geçmiş yaşam temizlemesi, kişinin şimdiki hayatında dramatik diyebileceğimiz değişimler meydana getirebilmektedir.

Örneğin, çok mutsuz bir evliliği olan ve kocası tarafından sürekli dövülen bir kadın, o ya da bu şekilde fiziksel tacize uğradığını gördüğü 15 geçmiş yaşamı yeniden deneyimlemeden, evliliğini bitirme kararını bir türlü alamamıştı. Tüm gücün (ve aynı zamanda tüm sorumluluğun) erkeklerde olduğunu düşündüğü, o sürekli tekrarlanan bağımlı olma modelini gördü. Fiziksel düzeyde erkeklerin kadınlardan daha güçlü olduğu inancını kanıtlayan koşulları yaşadığını gördü. Modelini gördüğünde ve bağımlı olma huyuyla yüzleşmek, kendi ayaklarının üzerinde tek başına durmak ve yalnız kalma korkusuyla yüzleşmek zorunda olduğunu anladığında evliliğini bitirip hayatını yeniden inşa etmeye hazırды. Bu olaydan bir yıl sonra yaşamı inanılmaz derecede değişmişti; artık özgür, mutlu ve sağlıklıydı. Yalnız kalma korkusunu yenmişti, bağımsızlığını kazanmış ve kendi yaşamının sorumluluğunu artık kendisi taşıyordu.

Auranın Esiri ve Ketherik Kalıplarındaki Geçmiş Yaşam Travmalarına Şifa Vermek

Aurada geçmiş yaşamdan kaynaklanan yapısal bir problemi iyileştirmek için, "Tam Spektrum Şifası" başlıklı bölümde görüldüğü şekilde herhangi bir yapısal sorunun halledilmesinde izlenen yol takip edilir. Buradaki önemli fark şudur: Şifacı sorunun geçmiş yaşamdan kaynaklandığını anlar anlamaz, hastanın şimdiki yaşam meselelerini geçmiş yaşam meselelerine bağlamasına yardım etmektir. Auranın bu düzeyindeki geç-

miş yaşamlardan kaynaklanan yapısal sorunların çoğu, fizik bedende doğuştan itibaren var olan sorunlarla bağlantılıdır. Bunlar, kişinin ruhsal yanının en derinlerine işlemiş hassas sorunlardır ve başa çıkılması gerçekten de zordur. Doğumla ilgili problemleri olan bireyin ana görevinin, sorunla hem fiziksel hem de psikodinamik düzeyde başa çıkmak olduğu açıktır. Bu çalışma, daha sonra ruh varlığının ilk başta çözmek üzere bedenlenmiş olduğu ruhsal meseleye yönelir. Burada şifacının yapılmakta olan çalışmanın boyutunu göz önünde bulundurması çok önemlidir. Hastayı şifacıya getiren şey genelde fiziksel gibi görünse de, mesele sadece fizik bedenın şifa bulması değildir. Hedef, ruh varlığını iyileştirilmeğdir. Kalıp düzeyinde aurik alanın güçlendirilmesi ve normal akışına, yani tüm canlılığın evrensel akışına kavuşturulması gerekir.

Bu yapısal sorunu ilk kez John adlı genç bir adamın vakasında görmüştüm. Bu aurik yaralanmaya ilişkin geçmiş yaşam deneyimini de "gördüm". Şekil 24-1 ile Şekil 24-5 arasında bu şifa çalışmasını görüyorsunuz.

Bu genç adam bana problemin tam olarak ne olduğunu başında söylemedi. Şekil 24-1 bana geldiği zaman ketherik kalıbının ne durumda olduğunu gösteriyor. Bunu "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" başlıklı kısımda yer alan ve normal ketherik kalıbın nasıl görünmesi gerektiğini açıklayan Şekil 7-13 ile karşılaştırın. Solar pleksus şakrası etrafında dönen taç yaprakları halindeki altın rengi iplikler yerine, John'da daha çok güneş lekesine benzer bir formasyon vardı. Büyük ve dolanık kırmızı, sarı ve siyah enerji yığını, girdapçıklar şeklinde hareket ederek daha çok gri akıntılar yaratıyorlardı. Diğer şakralar bozulmamış durumdaydılar (burada gösterilmiyor). Omurgada aşağı ve yukarı hareket eden altın rengi ana dikey güç akımı, güneş lekesinin bulunduğu noktada sağ tarafa sapma yapıyordu. Auranın arkasında küçük gri ikincil girdaplar oluşmuş durumdaydı. John hayatından bahsederken, ben onu birden geçmiş yaşamında Cengiz Han döneminde gördüm. Gördüğüm sahne bir savaşta geçiyordu ve John bir el silahı ile "diğer ordudan" birini büyük bir keyifle, adeta şehvetle öldürüyordu. Elinde zincirli bir çubuk vardı, zincirin ucunda demirden bir top, topun üze-



Gri ve kırmızı tıkanmış sümük

Şekil 24-3. Aura Temizlendikçe Beliren Geçmiş Yaşam Mızrağı

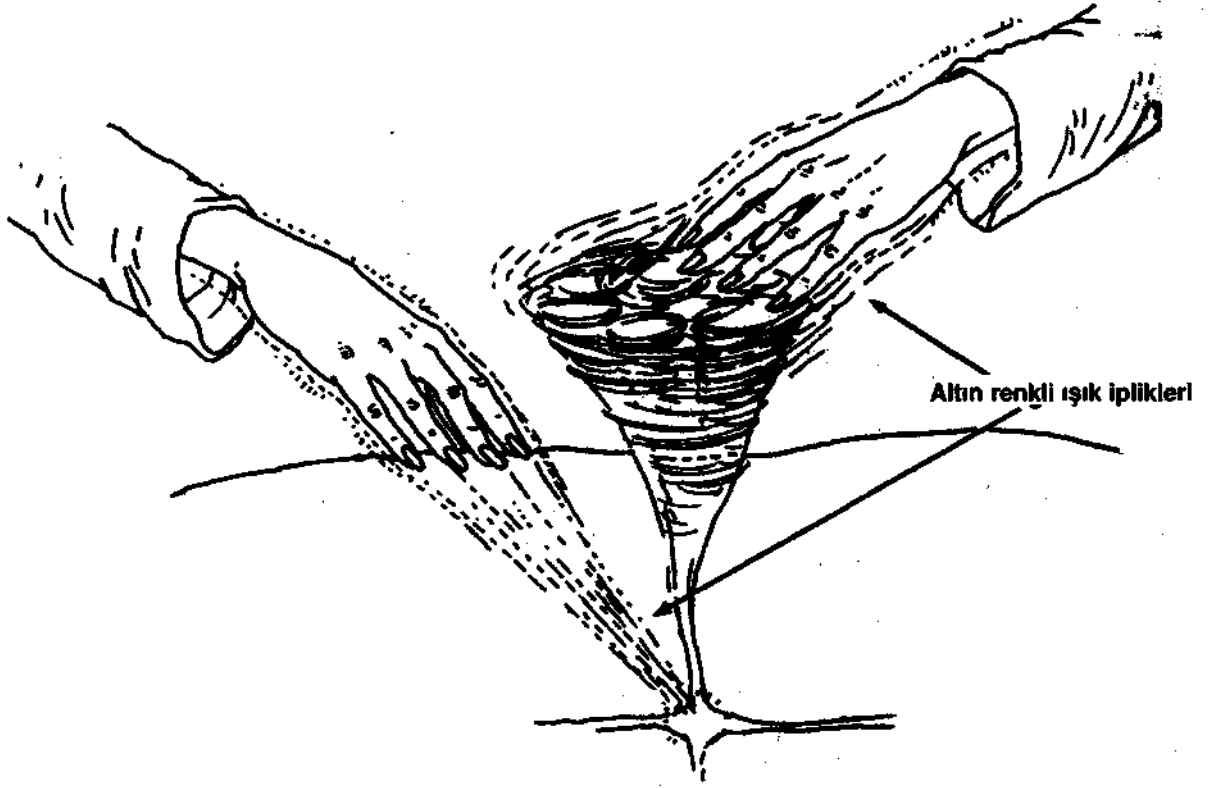
rinde metal çiviler vardı ve bunlar düşmanın kafasını parçalıyordu. Aynı zamanda da düşmanı, John'un solar plexusuna mızrağını sokuyordu. Bu çatışmada ikisi de ölmüştü. Bu deneyim, John'da yaşam gücü enerjisinin güçlü, şehvetli herhangi bir ifadesinin yaralanmaya ve ölüme yol açtığı inancını bırakmıştı.

Şimdiki yaşamında, John içindeki yaşam gücünün herhangi güçlü bütünleşmiş bir ifadesini geride tutmaya eğilimliydi. Bunun yerine, gücünü ayrı ifade parçalarına bölüyordu. Mesleği oyun yönetmenliği olduğundan, bu meslek kendisinin parçalarını bütünleştirme aracı olarak hizmet görüyordu. Kuvvetli yaşam gücünün farklı unsurlarını, farklı oyunlarda ve farklı karakterlerle ifade ederek; belirli bir ifadenin neye

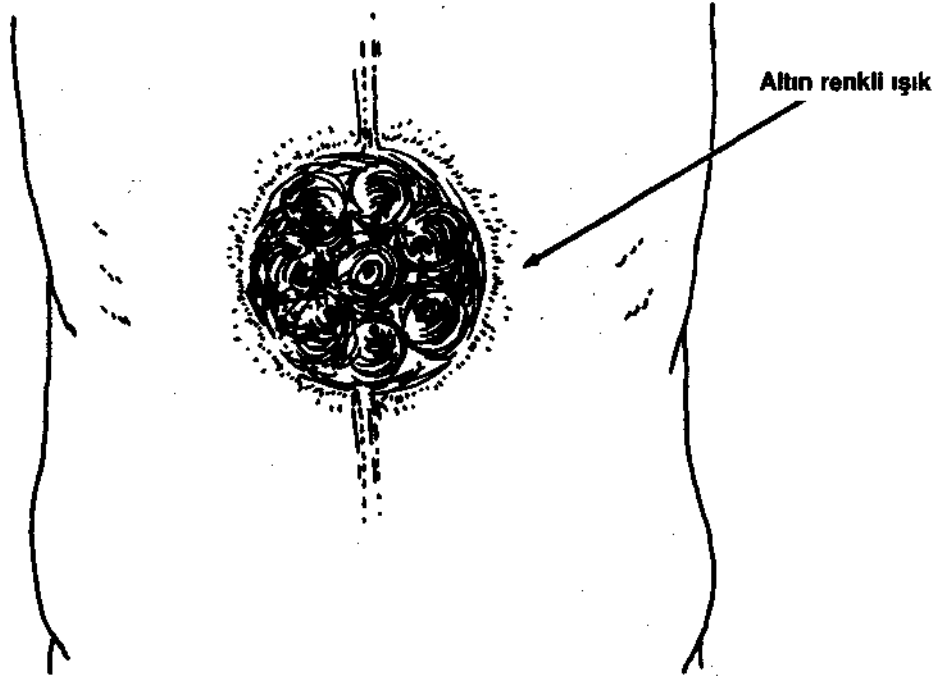
sebep olacağını deneyimleyebiliyordu. Böylece, bu mini yaşam benzeri deneyimler, ona gücünü ifade etmesini öğrenmesinde yardımcı olmaktaydı.

Büroma geldiğinde, arkasını dönene kadar onda skoliyasiz (belkemiğinin normalin dışında yana kıvrık olması) olduğunu fark etmedim, durumunu normal görüşümle görebiliyordum. Bununla doğmuştu ve omurgasını düzeltmek için hiç operasyon geçirmemişti. Dolayısıyla, benim yorumum bu bozukluğun doğrudan o geçmiş yaşantının bir sonucu olduğu şeklindeydi.

Şifa sırasında, şelasyondan sonra solar plexusuna yakın bulunan yaradaki durgunlaşmış enerjiyi çözmek için kristal kullanmaya karar verdim (Şekil 24-2). Bu durgun enerji ikinci ve



Şekil 24-4. Ketherik Kalıp Şifasinun Altın İplikleri



Şekil 24-5. Şifa Bulan Üçüncü Şakranın Ketherik Düzeyi

dördüncü aurik bedenlerden geliyordu. Kristal çok işe yaradı ve temizleme işlemini hızlandırdı. Bu aynı zamanda şifacıyı bu durgun enerjiyi emmekten de korur.

Şekil 24-3, ikinci ve dördüncü aurik bedenlerdeki durgunlaşmış enerjinin temizlenmesiyle birlikte görülebilir hale gelen şeyi göstermektedir. Mızrağın, John'un solar plexusuna beşinci enerji düzeyinde ya da esiri kalıp düzeyinde yerleşmiş olduğunu görmüştüm. Mızrağın sapı ise aurik alana tamamen girmiş ve spiral halinde kıvrılmıştı. Bunu oradan çıkarmak için, önce mızrağın sapını düzelttim ve hızla çektim; sonra yarayı temizledim ve bölgeyi tekrar canlandırdım.

Bunu izleyen şifa seanslarında ketherik kalıp (veya yedinci aurik düzey) üzerinde aurayı yeniden yapılandırmak için ruhsal rehberlerle beraber çalıştım. Önce, o bölgedeki organların kalıplarını ve sonra da şakrayı yeniden yapılandırdım. Şekil 24-4 bunu yaparken uygulanan çalışmayı gösteriyor. İnce beyaz-altın rengi ışık demetleri şakra yapılandırması için parmak uçlarımdan minik girdaplar oluşturacak şekilde yayılır. Mavi esiri düzey (birinci aurik katman) dolar ve altın rengi düzey üstüne dayanır; tıpkı vücut hücrelerinin mavi (aşağı) esiri düzeye dayandığı gibi. Tekrar yapılandırmadan sonra şakra; Şekil 24-5'de görüldüğü hale gelir, dönen altın girdaplardan oluşan bir lotus çiçeği gibi güzel görünür.

Şakra tekrar yapılandıktan sonra, ben ve rehberler kararmış ve hizası bozulmuş olan ana güç akımını tekrar yapılandırarak, şakrayı ona bağladık. Böylece, şifa seti tamamlandığı zaman hastam "İnsan Enerji Alanı veya İnsan Aurası" başlıklı bölümde yer alan Şekil 7-13'te görülen şakralar ve ana güç akımına sahip olmuş oldu.

Beş ya da gereken sayıda seans sırasında hastam kendini giderek daha iyi ve özgür hissetmeye başladı. Arka kaslarında rahatlama, daha az baskı ve daha az dengesizlik hissediyordu. Dediğine göre kişisel yaşamında daha çok özgürlük hissetmekteydi.

Kendisini birkaç ay sonra kontrol için gördüğüm zaman şifa seanslarının gerçekten işe yaradığını ve tamamlanmış olduğunu gördüm. Sadece, omurgasının nasıl daha düzgün hale getiri-

lebileceği söz konusu olabilirdi. Ancak bu çok miktarda derin şifa gerektirmekteydi. (Bkz. "İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi" başlıklı bölümde yer alan mor-mavi ışık konusu.)

Ketherik Kalp Katmanındaki Geçmiş Yaşam Bantlarına Şifa Vermek

Önceden de belirtildiği üzere, geçmiş yaşamları okumanın bir diğer yolu ketherik ya da yumurta kabuğu şeklindeki düzey üzerindeki geçmiş yaşam bantlarının üzerine elinizi koymaktır. Bunu yaparak ve buradaki enerjiyi hissederek, geçmiş yaşam görüntülerinin gözlerinizin önüne gelmesini sağlayabilirsiniz.

Hastanın şimdiki yaşamı ile ilgili olan geçmiş yaşam bantları, hastanın yüz ve boyun civarında ve 50 cm ile 1 m arasındaki uzaklıkta bulunan aurada görülebilir. Bu doğrultuda sağ elinizi sağ tarafa, sol elinizi sol tarafa gidecek şekilde hareket ettirirseniz, geçmiş yaşam görüntüleri doğrusal bir şekilde belirecektir. Bu bilgiyle ne yapacağınız çok önemlidir. Yine, hastayı hazır olmadığı bir şeye maruz bırakmak son derece zararlıdır. Eğer hasta kendi üzerinde yeterince arınma çalışması yapmışsa, o zaman orada neler olduğunu bilmesine izin vermekte sakınca yoktur. Bunlar, onun şu anki yaşamıyla çok ilgili olabilir. Eğer hastanın süreçlerine çok aşina değilsem ve hastanın hazır olmadığını biliyorsam, bu bilgileri asla vermem.

Ben bu geçmiş yaşam bantları üzerinde çok az değişiklik yaptım ve onlarla fazla oynamanın doğru olmadığını düşünüyorum. Bazen çok yük bindirilmiş gibi göründüklerinde, onları temizlemek ve "aydınlatmak" için ellerimi içlerinden geçiririm. Böyle bir bantta enerjinin biraraya toplandığına tanık olduğumda ise enerjiyi genellikle bant boyunca yayıyorum. Bunu yaptığımda hasta genellikle yükü hafiflemiş gibi biraz rahatlama hisseder.

Aldığım izlenim, bu bantların hastanın bu yaşamda üstlendiği ve ruhsal anlamda gelişebilmek için yapmak ihtiyacında olduğu vazifelerle ilgili olduğu tarzındadır. Çoğu kez bunu yaparken çok kişisel bir mekanı istila ettiğim hissine kapılır ve geri çekilirim. Şifacının, hastanın alanı-

nun bu yüksek düzeylerinde yaptığı çalışmanın gücüne saygı duyması ve sadece hastanın ve şifacının hazır olduğu şeyleri yapması çok önemlidir. Aslında bu, auranın her düzeyi için uygulanması gereken bir kuraldır. Evrenin büyük planı içinde çalışmanızın ve konumunuzun küçüklüğüne saygı duyarken, her zaman karşılıksız sevgi üzerinde yoğunlaşın; o en büyük şifacıdır.

Hatırlayalım:

1. Bazen geçmiş yaşam deneyimleri ile ilgili görünen bloklar psikolojik düzeyde nasıl görünür?
2. İEA'ndaki bu yaşam ve geçmiş yaşamlardan gelen bloklar arasındaki ilişkiyi açıklayın.

3. Şifacı, elleriyle dokunarak nasıl geçmiş yaşam terapisi uygulayabilir?
4. Şifada geçmiş yaşam travması İEA'ndan atıldıktan sonra yapılması gereken en önemli iş nedir?
5. Geçmiş yaşam şifası ne zaman uygundur? Ne zaman değildir? Gerekli midir?
6. Geçmiş yaşam blokları aurada nasıl yerleşir?
7. Doğrudan akım (DC) kayması nedir? Bunun geçmiş yaşam deneyimiyle ilişkisini açıklayın.

Üstünde Düşünelim:

8. Eğer zaman doğrusal değilse, geçmiş yaşam deneyimi nedir?

6. KISIM

KENDİ KENDİNE ŞİFA ve RUHSAL ŞİFACI

“Hekimler, kendinizi iyileştirin.”

İsa

Giriş

DÖNÜŞÜM ve KİŞİSEL SORUMLULUK

Kendi sağlığınızdaki siz, sadece siz sorumlusunuz. Eğer fiziksel bir rahatsızlığınız varsa, uygulanacak tedaviye karar verecek ve ona uyacak olan da yine sizsiniz. Önce yardım için gerekli imkanlar arasından seçim yapmanız gerekir. Kimi güvenirsiniz? Bir tedavinin işe yarayıp yaramadığını söyleyemiyorsanız ne kadar süre uygularsınız? Tüm bu sorular sadece kendiniz için neyin doğru olduğunu belirleyecek derin araştırmanızla cevaplanabilir.

Eğer bir teşhise güvenmiyorsanız, başka birilerinin fikrini almakta ya da başka bir teknik denemekte de sakınca yoktur. Tereddütte kaldığınız noktalar varsa doktorunuza başka sorular yöneltin, kitaplar okuyun, içinde bulunduğunuz durum hakkında daha fazla bilgi edinmeye çalışın. Sağlığınızın sorumluluğunu yüklenin. Her şeyden önemlisi, kendinizi olumsuz bir teşhis ile sınırlamayın. Daha ziyade, bunu kendinize daha derinden bakmak ve mevcut alternatif metotlara daha geniş bir açıdan bakmak için bir mesaj olarak alın. Standart tıp dünyasında pek çok cevap var, ama tüm sorulara cevap bulamıyor. Eğer belirli bir hastalığı tedavide etkin olamıyorsa, o za-

man başka yerlere bakın. Tüm olasılıkları araştırın. Kendiniz ve sağlığınız hakkında öğrenecek ne kadar çok şey olduğunu gördüğünüzde çok şaşırabilirsiniz. Bu arayış, hayatınızı asla beklemediğiniz biçimlerde değiştirebilir. Hastalıkları en sonunda kendilerine büyük mutluluk getirmiş böyle çok insanla tanıştım; umutsuzluklarını yenip hastalıklarını atlattıklarında, öğrendikleri şeylerin kendilerini yeni bir insan haline getirdiğini anlamışlardı.

Hastalığa yönelik tutumumuzu, onun bir şeyler öğrenebileceğimiz bir mesaj olduğunu kabullenme ve anlama tutumuna dönüştürebilsek, hastalık hakkında sadece kişisel değil aynı zamanda ulusal veya küresel ölçekte de hissettiğimiz büyük miktarda korkudan kurtulurduk.

Bu bölümde, sağlığınızı korumak için bazı önerilerim olacak. Bunlar uygulanacak diyetlerle, giyinmeyle ve yaşadığınız yerle ilgili günlük şeyler. Ancak en önemlisi sağlığınızı korumayı sevmeye ihtiyacınız var. Kendinizi sevmek, en güçlü şifacıdır ve kendini sevmek bile günlük çalışma gerektirir.

25. Bölüm

YENİ TIBBIN YÜZÜ: HASTA, ŞIFACI OLUYOR

Hastalıkla ilgili görüşümüz değişince, tedavisiyle ilgili fikrimiz de farklılaşır. Bizler hastalığın teşhisi ve tedavisi hakkında daha etkin hale gelince, uygulanan tedaviyi daha çok kişiselleştirebiliriz. Her birey kendine özgüdür, eşsizdir ve şifa sürecinde kullanılan etkenlerin biraz farklı birleşimlerine ihtiyaç duyar. Her bir şifa seansı farklıdır. Şifacı, hasta ile ilgili bilgiye sahip, sevgi dolu ve rehberleriyle iyi bir temasta olmalıdır. Şifanın daha incelenmiş biçimlerine doğru ilerledikçe, bu uygulama bir sanat haline gelir. İki yıl süren, önümüzde uzananların neler olabileceğine bir göz atmamıza izin veren bir tedavi vakasında bunu daha iyi anladım. Örnek vaka olarak David'i seçtim, çünkü onun tedavisi şifanın tüm safhalarını ve seviyelerini içeriyordu. Şifanın, uygulandığı süre içinde kişiliğin ne kadar derinlerine indiğini gösteriyordu. Heyoan, "Doğru zamanda ve doğru miktarda alınan doğru madde, dönüştürücü maddedir," demişti. Bu vakada dokunarak şifa, bilgiye doğrudan erişim ve psikodinamik analiz yöntemlerinin bir birleşimiyle çalıştım. Bu, hastanın kendine karşı duyduğu sorumluluğu ile birleşerek sadece hastalığın tedavisi olmakla kalmadı, aynı zamanda yaşamında da derin değişimlere yol açtı. Bu değişimler, ancak hastanın şifa sürecinde kendi sorumluluğunu taşıması ile mümkün olabildi.

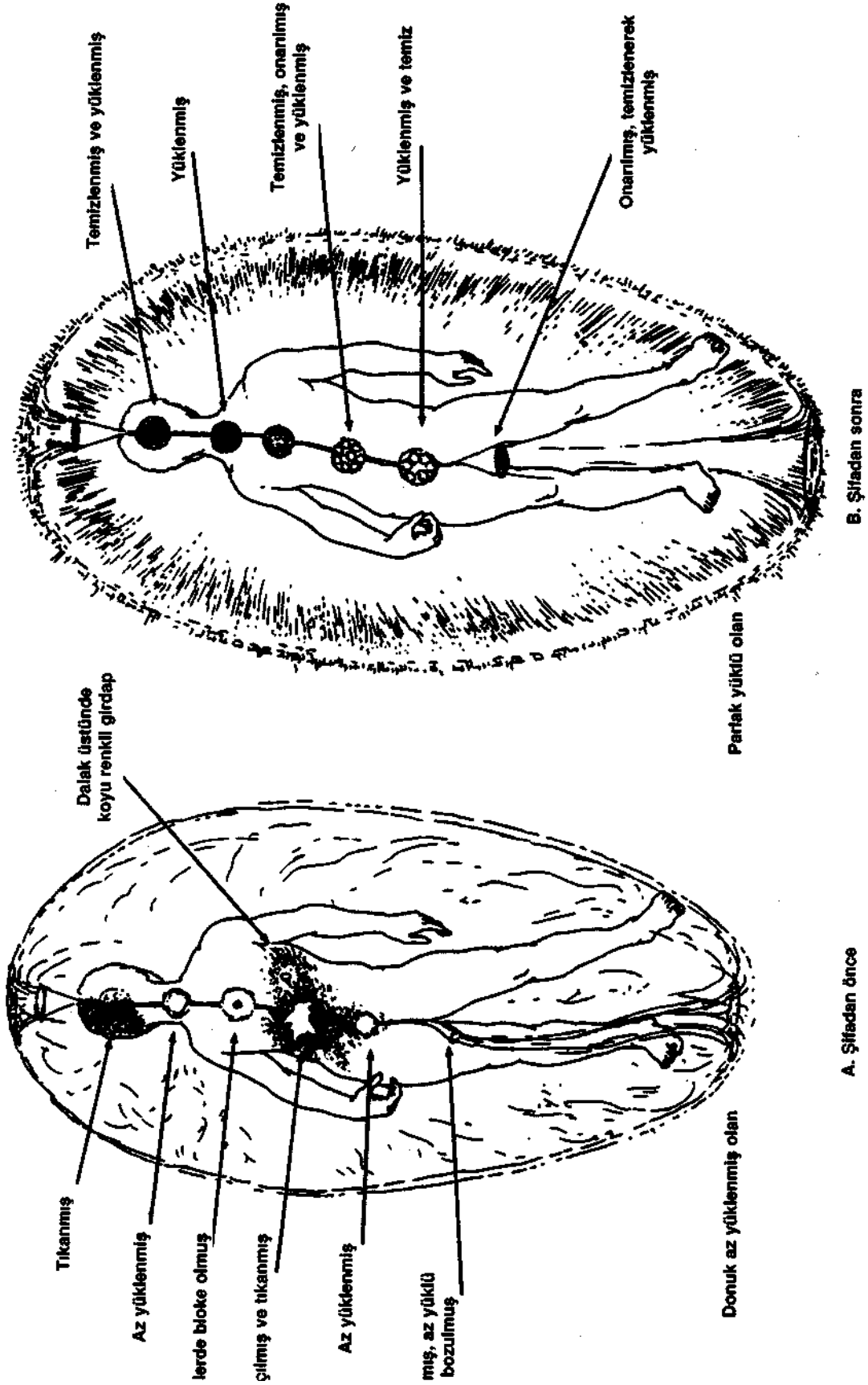
Hastalığın başlangıç noktasını bulmak, şifa sürecinin anahtar noktasıdır. Bilgiye doğrudan erişim, bu noktada her zaman paha biçilemez bir araçtır. Bu vakada, hastalığın nedeni; fiziksel yaşam şartları, hastanın inanç sistemi ve hastanın ruhsal yaşam planı ve de sürece dahil olan psikodinamikler açısından tartışılmaktadır.

David'in Şifa Süreci

David California'da büyümüştü. Annesi ve ba-

bası birer psikologtu. Okyanusu, sörf yapmayı, güneşi çok seviyordu. California Üniversitesinin Kinesiyoloji (hareketbilim) bölümünde doktora-sını vererek bu konuda eğitmen olmuştu. Daha sonraları Hindistan'da geçirdiği bir dönem içinde Anne adında bir Amerikalıya aşık olmuş ve o sırada bir hayli hastalanmıştı. Anne ve David Amerika'ya geri döndüler. Sonraki dört yıl boyunca hastalığı tam olarak teşhis edilememiş; mononükleoz'dan (anjine, lenf düğümlerinde ve dalakta büyümeye yol açan bulaşıcı bir hastalık) kronik sarılığa, bilinmeyen virüslerden "hiçbir şeyiniz yok, hepsi psikolojik"e dek çeşitli teşhisler duymuştu. Bu arada enerjisi giderek azalmış ve işini yapmakta zorlanmaya başlamıştı. Bana geldiğinde enerjisi bir azalıp bir artıyordu; bir ya da iki gün ayaktaysa, sonraki bir ya da iki günü yatakta geçiriyordu.

David büroma Şekil 25-1'de gördüğünüz enerji alanı ile geldi. En ciddi ve bariz sorun, solar plexus şakrasındaydı; şakra yırtılmıştı ve yedinci de dahil alanın tüm yapılanmış katmanlarında eski biçimini alması için dikilmesi gerekiyordu. İkinci önemli sorun ise birinci şakranın bozulmuş olmasıydı. Sola doğru kaymış ve tıkanmıştı. Bu da, kök şakra sayesinde enerji sisteminde enerji alma yeteneğini kısıtlıyordu. Üçüncü şakradaki yırtık ve birinci şakradaki tıkanıklık birleşince, enerji sisteminde tükenmişlik yaratıyordu. Bu tükenmişlik fiziksel olarak şiddetle hissediliyordu çünkü "Terapi Seanslarında Aura Gözlemleri" başlıklı bölümden hatırlayacağınız gibi birinci şakra, fiziksel güçle ilişkili enerjinin çoğunu metabolize etmektedir. Bu sorunlara ek olarak, aura aynı zamanda ikinci şakrada zayıflamış ve tükenmişlik gösteriyordu; bu şakra da sadece cinsel işlevlerle (ki oldukça azalmıştı) değil, bağışıklık sistemiyle de ilişkilidir. Orada bir lenfatik merkez yer alır. Kalp şakrasında, girdabının derinlerinde bir blok vardı. Bu da timüs bezi yo-



Şekil 25-1. David Vakası

luyla bağışıklık sistemi ile ilişkilidir. Bu blok, kalp şakrası spiralinin üçte ikisini kaplamıştı. Bu konfigürasyonu hangi hastada görmüşsem, hep o bireyin Tanrı'yla ilişkisi ve Tanrı İradesi hakkındaki inancıyla bağlantılı bir meselesi olduğunu bilirim (bunu sonra daha detaylı anlatacağım). Boğaz şakrası az yüklüydü. Bu merkez iletim, öz sorumluluk ve verme-alma ile ilgilidir. Üçüncü göz tıkalıydı ve başa ve koyalaksı bezlere giden yollar bloklarla kapanmıştı. Taç şakrası zayıf ve az yüklüydü. Tüm aura sönük ve donuktu.

Organları incelediğimde, karaciğerde büyük miktarda tıkanıklık ve koyu enerjiye rastladım. Karaciğerde bozunmuş renk katmanları görülüyordu. Birazı yapış yapış koyu yeşil, birazı kirli sarı, daha derinde omurgaya yakın olan yer ise neredeyse siyahtı. Karaciğerin esiri matrisi yırtılıp deforme olmuştu. Daha derinden bakınca, çok sayıda bulaşıcı organizmaya rastladım; bazı bakteriler ve çeşitli boyutlarda virüsler. Bu organizmalar karın bölgesine yayılmış durumdaydı; pankreas, dalak ve sindirim yoluna. Pankreas üzerinde küçük, hızlı şekilde dönen ve yüksek perdede bir cızırtı sesi çıkaran bir girdap vardı. Bu oluşum, genellikle şeker hastalığı çekenlerde görülür. Tüm alan az yüklü ve zayıftı. Altıncı katmandan parlak, güzel renkli iplikler gelmesi gerekirken gevşek ve donuktular. Bu adam gerçekten de çok hastaydı.

Şifa öğrencilerinin, bu noktada okumayı bırakmalarını öneriyorum: Alanı analiz ederek izleyeceğiniz şifa planını çıkarın. Önce nereden başladınız? Sistemi yüklemek için mümkün olduğunca çok enerji mi kullanırdınız? Neden? Yedinci katmandaki yırtığı ne zaman tamir ederdiniz? Niçin? Sizce hastalığın başlangıcı neye dayanıyor, bu aurik alanda kendini nasıl gösteriyor? Bu yavaş bir iyileşme mi olacak, yoksa hızlı mı? Neden? Bu soruların tümü, şifa sürecinin devamını anlatan aşağıdaki metinde cevaplanacaktır.

Şifa Sıralaması:

İlk Safha: Temizleme, Yükleme ve Alanı Tekrar Yapılandırma

İlk birkaç haftada şifa seansları, ilk önce alanı şe-

lasyona, birinci şakrayı güçlendirmeye ve yavaş bir şekilde üçüncü şakradaki problemi tamir etmeye yoğunlaştı. Bazen, ellerim David'in karaciğeri ve üçüncü şakra bölgesi üzerinde, yarım saat ya da 45 dakika oturuyordum. Üçüncü şakradaki zayıflık yüzünden aurayı hızlı bir şekilde yüklemek mümkün değildi. Güçlü bir enerji yüklemesi, şakrayı daha kötü bir şekilde yırtabilirdi. O haftalarda birinci şakrayı güçlendirmek ve temizlemek nispeten daha kolaydı. Bunu sistematik biçimde, ama şifa seansının büyük bölümünde orta karın bölgesi üzerine yoğunlaşarak yapıyorduk. Auradaki yırtıkları dikmek zaman aldı çünkü yapılması gerekenler oldukça fazlaydı. Aura, üçüncü şakradaki yırtık ya daha çok yırtılır ya da daha fazla enerji sızdırır diye tam olarak yüklenemiyordu. David'in her gelişinde, üçüncü şakra bölgesini şelasyonluyor, yüklüyor ve bir kısmını tamir ediyor; sonra yırtığın üzerine geçici bir "mühür" ya da "bandaj" kapıyor ve hafta içinde iyileşmesi için kendi haline bırakıyorduk. Bir sonraki hafta biraz daha yapıyorduk. Her geçen hafta auradaki adım adım çalışmamızla daha derinlere ilerliyorduk; önce temizleme, sonra tekrar yapılandırma. Önce esiri düzeyin, sonra karaciğerin esiri kalıp düzeyinin ve bu bölgedeki şakra kadar anatomideki diğer yapıların da onarılması gerekiyordu. Haftalar geçtikçe, David'in enerji düzeyi dengeye girmeye başladı. İnip çıkışlar yerine, düzenli bir düşük enerji seviyesine varmıştık. Bu ona ilerleme gibi gelmiyordu, ama bence ilerlemeydi. Alanın kendi uyumunu oluşturmaya başladığını görüyordum. Kendini zorlayarak iniş çıkışlarla sağlanmaya çalışılan enerji, daha düzenli bir hale gelmeye başlamıştı. Bu David için hayal kırıklığına yol açtı.

David'in ilk şakrası güçlenmeye başlıyordu, ikinci şakra da yükleniyordu. Sonunda, enerjisini ve cinsel gücünü yeniden kazanıyordu. Duygusal olarak da kendini daha az incinebilir hissediyordu.

David'in şifa sürecinin ilk üç ayı boyunca Heyoan onunla ilgili yorum yapmadı. Sadece David'in yeterli psikolojik ve ruhsal gücü olduğunu, yorum yapmasının "kozmik yasayı ona yutturmaya" benzeyeceğini söyledi. Ben de çalışmanın bu safhasında psikodinamikler üzerine çalışmaktan kaçındım. Yükleme işlemi ve ona-

rım bu noktada çok daha önemliydi. Şifacı, hastanın kapasitesine göre çalışmalıdır. Sonunda, David'in alanı yeterince güçlendi ve yedinci katmanını onaracak daha yüksek bir titreşim seviyesini içinden akıtılabileceğim hale ulaştı.

Derken David daha fazla bilgi istemeye başladı. Hastalığının kişisel yaşamı ile ilişkisi açısından anlamı hakkında sorular sormaya başladı.

Şifa Sıralaması:

İkinci Safha: Psikodinamikler ve Bazı Başlatıcı Sebepler

David'in soruları, üçüncü şakrasının (doğrusal zihni) daha düzgün biçimde işlev görmeye başlamasına denk geldi. Yavaş yavaş, hastalığının nedeni olabilecek faktörlerin insani düzeyi ile ilgili bir tablo biçimlenmeye başladı.

"İnsan Aurasının Büyümesi ve Gelişmesi" başlıklı bölümde anlatıldığı gibi, her çocuğun annesiyle güçlü bir bağlantısı vardır. Bu bağlantı çocuk daha annenin rahmine düştüğünde kurulur, doğumdan sonra da anne ve çocuğu arasında mevcut aurik göbek bağı görülebilir. Bu bağ onların üçüncü şakralarını birbirine bağlar. Doğumdan sonra anne ve bebeğin kalp şakraları arasında da güçlü bir bağ oluşur.

David'in üçüncü şakrasındaki ilk yırtık, ergenlik çağına yaklaşırken çok baskın ve kontrolcü olan annesine başkaldırdığı dönemde oluşmuştu. Bundan önce, David onu memnun etmek için her dediğini yerine getiriyordu. Birer psikolog olan ana babası psikoloji bilgilerini oğullarının üzerinde farkına bile varmadan zarar verici şekilde uygulamışlardı.

David'in otonomisini (özerkliğini) kazanmak için bulduğu çözüm, diğer pek çok ergenin yaptığını yapmak ve isyan etmek olmuştu. Ebeveynleri ile bağlarını koparmıştı. Ne yazık ki, bunu yapmanın tek yolu olarak, kendisini annesine bağlayan bağı kelimenin tam anlamıyla koparmayı biliyordu. Üçüncü şakraları arasındaki bağ kopunca, gevşek bir aurik göbek bağı ve solar pleksusunda bir delikle kalakalmıştı. Bu durumda en doğal şey, bağlanabileceği ve böylece annesinin yerine koyacağı birini bulmaktır. (Bu noktada herkes sorunun annede olduğunu, kendisinin

de olmadığını zanneder.) Ne yazık ki, bağlandığı kadınları da alıştığı gibi baskın karakterde olanlar arasından seçiyordu. Enerji sistemi otomatik olarak kontrolcü birilerine cezboluyordu çünkü David'in bağlanmaya alışkın olduğu enerji türü buydu. Bu ona "normal" geliyordu. (Benzer benzeri çeker.) Bu tatmin edici olmayan ilişkiler onu kendini arayışa ve en sonunda Hindistan'da bir aşrama yönelmişti. Sorununun kendi içinde olduğunu görmeye başlamıştı.

Kalp düzeyinde, David'in dördüncü şakrası aslında annesinininkiyle hiç tam olarak bağlanmamıştı. Annesi, baştan beri, onu olduğu gibi kabullenmemişti. Kalbiyle annesine bağlandığında, annesinin istediği kişi olmanın şart olduğunu görmüştü. Bu da kendine ihanet demekti. Her genç erkeğin kalpten verilmiş bir sözü vardır. Kalbi yoluyla annesiyle güçlü bir bağlantıda olmasına rağmen, bunu eşine aktarmayı en sonunda öğrenmeliydi; böylece cinsel potansiyeli olan gerçek bir erkek olabilirdi; bu, ilk aşkı olan annesi ile asla edinemeyeceği bir deneyimdi. Eğer annesinin kalbine bağlanmamış ise, o zaman bir eş bulma zamanı geldiğinde kendine model alacak kimsesi de yok demekti ve sevmek konusunda zorluk çekecekti.

David'in ilişkideki sorunu aynı zamanda sevdiği kişiye kalpten nasıl bağlanacağını bilmemesiydi. Onu; kendi deyimiyle "Bir Büyük Kalp" olan guru sayesinde Hindistan'a getiren buydu. Bu aşram deneyimi ile kalpten nasıl bağlanacağını öğrendi. Önce guruyla, sonra da orada tanıştığı Anne ile. Ancak gurusuna kalpten bağlandıkça, yavaş yavaş iradesinden vazgeçtiğini anlamıştı. Karşılıksız sevgiyi öğrenmeye çalışıyordu ama araya koşullanma giriyordu. David iradesinden vazgeçtikçe, yine kendine ihanet ediyor duygusuna kapıldı ama bu kez söz konusu olan bir başka insanı sevmek değil, insanlığı ve Tanrı'yı sevmekti. Mesele şimdi David iradesi, Tanrı iradesine karşı biçiminde ortaya çıkmıştı. Bu durum, aurik alanındaki kalp konfigürasyonunda da görülüyordu. David, annesi için "iyi çocuk" olamadığından artık Tanrı ve guru için "iyi çocuk" olduğunu anlamıştı. Kız arkadaşı Anne ile oradan ayrılmaya karar verdiklerinde, gurudan kopmak üçüncü şakrasında yine bir yırtılmaya neden oldu. Ama kalbini nasıl kullanaca-

ğını öğrenmişti. Hayatında ilk kez bir kadına kalbi ve bir o kadar da solar pleksusuyla bağlanmıştı.

Kabullenilmeyi ve mükemmel sevgiyi arayış, insan varlığının vazgeçilmez bir parçasıdır ve insanoğlunu birçok derse sürüklemiştir. 70'li yıllarda ruhsal komünler halinde yaşayan insanların kalplerini açmayı öğrendiklerini ama otomilerinden vazgeçtiklerini görmüştüm, tıpkı çocukluklarındaki gibi. Pek çoğu bu şekilde yapılmış topluluk içinde derin sevgi deneyimini, o derin sevgiyi hayat içinde tek başlarına tezahür ettirmeden önce deneyimlemeyi gerekli ve yararlı buluyordu. Özellikle çocukluklarında bunu yaşamamış olanlar için durum böyleydi. Bir komünde sevgiyi bulduktan ve bunu bulmak için özgür iradelerinden ödün verdikten sonra; sıra şimdi de o sevgiyi kalplerinde tutma ve bir başkasının Tanrı iradesi hakkındaki tanımlarına değil, Tanrı iradesine kendi kalplerinde tezahür ettiği gibi teslim olmaya geliyordu.

David'in şifası ilerledikçe, kız arkadaşı ile ilişkisindeki kronikleşmiş sorunlar David için katlanılmaz hale geliyordu. Sevgilisinin titreşimlerine uymayan biçimde değişmekteydi, çünkü genç kadın aynı biçimde değişmiyordu. Alanları artık uyumlu değildi.

Uzun süreli bir ilişki sürdüren herkes bunu bilir. Eğer siz değişirseniz ve eşiniz aynı oranda değişmezse, bu iki kişinin birlikte yaşadıkları diğer kişinin kim olduğunu merak ettikleri bir dönem gelir. Diğer de değişecek ve uyumlu hale gelecek midir? Sabır ve sevgi ile elbette bu durumda uyumu sürdürmek olasıdır. Değilse, en sonunda biri yoluna devam edecektir. David ve kız arkadaşı da sorunu beraberce aşmaya karar verdiler. Sevgi ve içtenlikleriyle, durumun psikodinamiği üzerine yoğunlaşmaya başladılar. David'in ana ilgisi işine, özgürlüğüne ve kişisel gücünü kazanmaya dönmüştü. Kız arkadaşı Anne ise gurusunu izlemek ve farklı bir yaşam kurmak istiyordu.

Anne ve çocuk arasında kurulan bağlara ek olarak, bir ilişkiyi sürdüren insanlar arasında da bağlar kurulur. Bunlar şakralar arasındadır. Sağlıklı bir ilişkideki bağlar parlak, dengeli ve altın rengindedir. Pek çok ilişkide bağların sağlıksızlığı, geçmişteki anne-çocuk bağlarındaki sağlıksız-

lıkların bir tekrarıdır. Bu bağların çoğu solar pleksusta bağlıdır ve renkleri de koyudur. Bir ilişkiyi sağlıksızlıktan sağlıklı hale dönüştürme sürecinde, bu sağlıksız bağların koparılması, enerjiyle yüklenmesi ve bireyin kendi özünün derinlerine yeniden bağlanması gerekir. Bunlar, bağımlı olma bağlarıdır ve kişinin kendine güvenebilmesi için köklerinin kişinin içinde tekrar oluşması gereklidir. David ve sevgilisi yavaş yavaş bu bağlarını kopardılar. Bu korkutucu bir işlemdir. Sanki boşlukta uçuyormuş, hiçbir şeye bağlı değilmiş izlenimini uyandırır insanda. Bunu yapan kişi katılığın "yanıltıcı güvenliğini" terk eder ve yerine esnek bir kendi kendine bağımlılık koyar.

Eğer boşanmış ya da eşinizi kaybetmişseniz bu olayı daha iyi anlarsınız. Pek çok kişi bu durumdan "daha iyi yarı" sını kaybetmiş olduğunu hissetmek diye söz eder. Yaslı insanların, kendilerini bedenlerinden bir parça kopartılmış gibi hissettiklerini çok duydum. Böyle ciddi bir travma, kişide sanki ön kısmının kopartılmış olduğu hissine sebebiyet verir. Bu durum, kelimesi kelimesine gerçektir. Birçok kez, acı veren bir ayrılıktan sonra solar pleksustan sarkan ipliklerin boşlukta sallandığını gördüm.

Şifa Sıralaması:

Üçüncü Safha: Dönüştürücü Maddeler

David gücünü geri kazandıkça, şifada da daha aktif rol almaya başladı. Heyoan'a belirli sorular bile soruyordu. Ona nasıl bir fiziksel tedavi geçirmesi gerektiğini sordu. (David'in orta karın bölgesinde hala mikroorganizmalar vardı. Bir şeylere ihtiyacı vardı.) Güçten düşürücü hastalıklar için Kanada'dan getirtilen bir serum olduğunu duymuştu. Onu kullanabilir miydi? Heyoan "hayır" cevabını verdi. "Belki küçük bir faydası olabilirdi, ama daha yararlı olabilecek ilaçlar da vardı." Heyoan bunun sıtma tedavisinde kullanılan kinine benzediğini söyledi. Sonra da bana bir yüzme havuzu resmi yolladı ve kelimenin ilk kısmının, bir yüzme havuzundaki gibi klorin olduğunu söyledi. İlk yarısı klorin olan bir ilaçtı bu, klorin-kinin gibiydi. Klorokin. Heyoan bu ilacın David'in karaciğeri üzerinde temizleyici

etkisi olacağını söyledi. David'in karaciğerinin gümüş renkli bir sıvıyla yıkandığı bir resim gösterdi bana. Bu ilacın, New York'ta oturduğumuz bölgedeki bir doktorda bulunacağını da söyledi. Heyoan ayrıca David'e standart dozajı kullanmamasını, dozajı ihtiyaçlarına göre değiştirmesini söyledi; bunlar David'in Yüksek Duyusal Algılaması (YDA) ve sarkaç okumasıyla belirlenecek değişken dozajlar olacaktı.

David araştırmaya başladı. Ertesi hafta elinde biraz klorokin ile büroma geldiğinde şaşırımdım. Bu ilacı daha önce hiç duymamıştım. Doktoruna, Heyoan'ın tarif ettiği bu ilacı duyup duymadığını sormuştum. Doktor da derhal raftan klorokin kullanımı hakkında bir kitap indirmişti. İlaç David'inki gibi kronik inatçı sarılık vakalarının bazılarında kullanılmaktaydı. Doktorun teşhisi Heyoan'inkiyle uyduğundan, David'e bu ilaç için, normal dozajında kullanmasını önererek reçete yazmıştı.

David ilacı kullanmaya başladı, sarkaç ile günlük olarak dozajı kontrol ediyordu. İlk beş gün ilaç David'i sadece fiziksel olarak değil, duygusal olarak da güçlü bir biçimde etkiledi. Derin duygusal bir keder içine sürüklenmişti. Sorunlarını (daha önce açıkladıklarımız) güçlü bir halde deneyimliyordu. Bir gününü "sevgilisinin karnuna yaslanmış vaziyette" geçirdiğini anlattı. Bunun, bir temizlenme olduğunu biliyordu. Kendi ne şifa vermek için duygularını yeniden deneyimlemek istiyordu. Beş gün sonra, sarkaç okumalarının da önerdiği gibi ilacı kullanmayı bıraktı.

Heyoan, bu ilk klorokin kullanım döneminde sonra David için sistemi temizleyici bitkisel çaylar ve vitaminler önerdi. Aurik alana baktığımda, enfeksiyonlarından temizlendikçe çıkan toksinlerle David'in kalın bağırsağının (yapışkan, sarı-kahverengi) tıkanmakta olduğunu gördüm. Bitkisel çayların kullanılması gerekiyordu. Birkaç gün sonra David, sarkaç okumasında ilacı geri dönmesi gerektiğini okudu. Öyle de yaptı. Birkaç gün kullanıyor, bunu izleyen birkaç gün bırakıyordu. Her kullanımdan sonra, kişiliğinin temizlenmesi gereken bir başka katmanına iniyordu. Bunu her yapıştan sonra, daha güçlü ve daha canlı hale geliyordu. İlacı her kullanışında, mikroorganizmalar bedeninden uzaklaşıyor

ve aurası daha dolu ve parlak hale geliyordu. Kendini tam anlamıyla dönüştürüyordu. Bazı zamanlar, Heyoan farklı vitaminler ya da (ferum fosfat, demir fosfat gibi) hücre tuzları öneriyordu.

Heyoan'a neden daha önce klorokin önermediğini sordum. David'in alanının çok fazla zarar görmüş olduğunu ve tamirat tamamlanmadan önce klorokinin güçlü etkilerine dayanamayacağını söyledi.

Şifanın ikinci safhası boyunca, David psikodinamikler ile ilgilenmeye başladığında, Anne ile birkaç defa ayrılıp barıştılar. Uzun zamandır beraberdim ve aralarında halletmeleri gereken çok şey vardı. Yavaş yavaş uzaklaştılar ve sonunda tamamen ayrıldılar. Aurik açıdan bakıldığında, David'in solar plexusu artık yırtık olmadığından ve alanı parlak biçimde yüklenmiş olduğundan eski sevgilisi ile titreşimleri uyumlu değildi. Anne'nin seçimi başka bir yolda değişmek, kendi yoluna gitmek ve kendi yaşamını kurmaktı.

David gücünü tekrar kazandığında, Tanrı ve Tanrı iradesi ile olan ilişkisini tekrar gözden geçirmeye başladı. Kendi içinde Tanrı iradesini meditasyon ile aramaya başladı. Bunu yaparken, kalp şakrasında derinlerde tuttuklarını temizlemeye de girişti. Kendi kalbine teslim olmaya başlamıştı. Ruhsal rehber Emmanuel (1985) demişti ki:

Serbest kalmayı istemek,
bağları daha çok sıkılaştırır
çünkü iradeye teslim olmaz.
Sadece teslimiyete teslim olur.

Her ruh varlığı için en son ders
kendi kalbinde tezahür eden
Tanrı iradesine
tamamen teslim olmaktır.

Bir süre sonra David bir kadınla tanıştı ve yeni bir ilişkiye başladı. Bu ilişki onun için destekleyici ve doyurucuydu. Yeni eşinin alanı ile kendisinin gayet uyumluydu. David için bu ilişkiyi okurken, onun, yeni arkadaşının alanı tarafından sakinleştirildiğini görebiliyordum. Sanki sadece onun arkadaşlığı bile, David'in aurik

alanını genişletivermişti; halbuki önceden ilişki-
de olduğu kişinin yanında kendi alanını hep sıkıştırdı.

Şifa Sıralaması:

Dördüncü Safha: Dönüşüm ve Tekrar Doğum

David ile son ayımızda, alanında daha önce gör-
mediğim bir konfigürasyon gördüm. Yaptığımız
çalışma bunu açığa çıkarmış olmalıydı. Omurga-
sının etrafını saran bir koza var gibiydi. Bunun,
alanın hangi düzeyinde olduğunu söylemek zor-
du. Fakat anlaşılan o ki, bu koza bağlantıya geçil-
meyi bekleyen çok miktarda atıl enerji tutmak-
taydı. David'e bundan bahsetmedim, fakat altın-
cı şakrada temizleme çalışmasına başladığımda
onu sessizce izlemeye başladım. Auranın geri ka-
lanı temiz ve parlaktı (Şekil 26-1B).

David son seansına geldiğinde çok farklı gö-
rünüyordu. Aurası öncekinden iki kat geniş ve
parlaktı. Koza açılmıştı. Ona ne olduğunu sor-
dum. O hafta içinde MDMA diye bilinen, fenile-
tilamin sınıfından, metafetamin ve safroldan sen-
tezlenmiş bir ilaç aldığını söyledi. Daha yakın-
dan bakınca, MDMA'nın kozalakı bezin sol ta-
rafını açmış olduğunu gördüm. Üçüncü göz ci-
varında bulunan ve kısmen LSD ve marihuana
almaktan kaynaklanan sümüksü yapı kısmen
yok olmuştu. Daha yapılacak işler vardı ama Da-
vid'in alanındaki toptan değişim pek şaşırtıcıydı.

Gözlemlerim bana psikotropik ilaçların aura
üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermiş
olduğu için, bunu Heyoan'a sordum. Cevap ola-
rak "Bu, alan kişiye ve ilacı aldıklarında alanları-
nın konfigürasyonunun durumuna bağlı oldu-
ğunu söyledi. David'in altıncı şakrası tıkalı oldu-
ğundan, bunu açmak için çalışmasının zamanı
gelmişti ve ilaç da etkisini olumlu yönde göster-
di. Eğer birey bir başka şakra üzerinde yoğunlaş-
ma ihtiyacında olsaydı, etki muhtemelen olum-
suz olurdu," dedi.

Ancak bir başka hastam MDMA alıp alama-
yacağını sorduğunda Heyoan, "Hayır, sana bunu
önermem. Bunun yerine, üstünde çalışman gere-
ken ikinci şakrayı güçlendirmek için ovatropin
almalısınız," demişti (ovatropin, dondurularak
kurutulan inek yumurtalıdır). Hastam ovatro-

pin kullandı ve David'in klorokin aldığı sırada-
kine benzer deneyimler yaşadı. Heyoan, kullanı-
lan yeni ilacın, kişinin bütününi iyileştirecek
olan tüm düzeylerinde etkili olması gerektiğini
vurgulamamı istiyor. Bu, esas mesele olarak ruh
varlığının kaderine odaklanır. Öğrenilen ders ne-
dir ve kişi bundan ne şekilde faydalanmıştır? So-
nuç olarak temel ders, bir İlahi kıvılcım olduğu-
nuzu öğrenmektir. Bunu ne kadar çok hatırlarsa-
nız, yuvaya o kadar yaklaşmış olursunuz. İlaçlar,
dönüştürücü malzemeler olarak kullanılabilirler.
Bu yolda bir araçtırlar. Hastalığı tedavi etmezler;
sadece hastaya kendini iyileştirmesinde yardım-
cı olurlar. Heyoan, "Doğru zamanda ve doğru
miktarda alınan doğru madde kişinin dönüşü-
müne yardım eder," demektedir.

Son buluşmamızda, David Heyoan'a pek
çok soru sordu. Genel değişimi ve kozanın anla-
mı hakkında açığa çıkanlar hepimiz için cesaret
vericiydi. David bir ay kadar önce kendisinde
hissettiği derin ve görünüşe göre kalıcı olan de-
ğişimin kaynağını merak ediyordu. Bu da benim
kozayı gördüğüm zamana denk geliyordu. O sı-
ralarda hayatının kontrolünü istediği yöne dön-
mesini sağlamak üzere eline geçirdiğini hisset-
meye başlamıştı. İyi bir ilişkisi vardı ve batı sahi-
line taşınmayı düşünüyordu. Heyoan, David'in
bir ay önce aslında enkarnasyonunu tamamladı-
ğını söyledi. Aslında David, bu dönüşümün ta-
mamlanmasına altı yıl önce Hindistan'a gittiğin-
de başlamıştı. Bu, kalbini açmayı öğrenmek için
bedenlenmeyi seçtiği bu yaşam süresinin son
devresi idi. Bir ay önce de bu görevini tamamlamıştı.
O sırada ayrılmaya hazırda ama bunu de-
ğil, aynı bedende tekrar doğmayı seçmişti. Heyo-
an, gelecek yaşamlar da alanda doğumdan çok
önce zaten yerleşmiştir ve eğer birey seçerse, bir
hayatın tamamlanışından sonra onlara geçilebi-
lir, dedi. Bu, bedeni terk etmeden de yapılabilir-
di. "Bunun ne kadar daha etkin olduğunu bir
düşünün," dedi Heyoan. David'in omurgasının
etrafında tezahür eden koza enerjisi, David'in
başlamaya hazırlandığı yaşamın enerji-şuuruy-
du. Heyoan'a göre gelecek üç yıl, David'in varlı-
ğının bu iki düzeyini bütünleştirmek için harca-
nacaktı ve buna alışmak biraz zaman alabilirdi.
Bu enerjisiyi gerçekliğine bütünleştirdikçe, daha
fazla bilgi ve enerji David için erişilebilir hale ge-

lecekti. Eğer David isterse, ismini de değiştirebilirdi. Heyoan, gelecek, geçmiş gibi olmak zorunda değil, diye ekledi. İşte diyaloglarından bir parça:

David: "Aynı bedende tekrar doğmak ne anlama geliyor?"

Heyoan: "Bir anlamda, ki bunu bir benzetme olarak kullanıyoruz, doğumdan önce oturur ve ruhsal rehberlerinle ebeveynlerinizi seçersiniz; bir muhtemel gerçeklik takımını seçersiniz; yapacağınız işi seçersiniz; sonra bir beden kuracak olan enerji setini seçersiniz. Bir anlamda siz, Daha Büyük Varlığınızdan bir parçayı ayırır, o şuur alır ve onunla bir beden oluşturursunuz. Ebeveyninizi ve onlardan kalıtım ile size geçecek fiziksel nitelikleri de belirlersiniz.

Oturur ve belirli bir amaç için tüm bu gerekleri seçersiniz. Belirli bir yaşam diliminde, bu amacı gerçekleştirir ve hedefinize ulaşırsanız, o zaman buna başka bir yaşam eklemek kolay olur. Bir sonraki bedende kullanılacak yeni şuur eski beden ve şuurla kaynaştırırsınız.

Demek ki işinizi çok iyi yaptınız; yeni şuurunuz 'eski beden' içine kaynaştıkça, pek çok değişikliğe tanık olacaksınız, çünkü şimdi siz bu ikisini bütünleştiriyorsunuz."

David: "Şimdiden başladılar."

Heyoan: "Kesinlikle. Bu harika bir şey değil mi? Öldüğünüz zaman ya da bizim bedeni terk etme veya bırakma demeyi tercih ettiğimiz zaman geldiğinde ve dönüşüm ve aşkınlaşma için bir araç olsun diye bir beden yaratmaya ihtiyacınız kalmadığında, artık yeni bir tanesini yaratmayacaksınız. Beden bir araçtır; en etkin biçimde dönüştürmeyi dilediğiniz benliğin içindeki belirli noktalara odaklanmak için yarattığınız bir gereç. Vücudunuzun tüm sistemleri tamamen bu dönüşüm için inşa edilmiştir. Çalışmanız sırasında sinir sistemine, bedenin otomatik fonksiyonlarına, kemik hücrelerine dek bunu göreceksiniz. Bedeninizin her bir parçasının bu dönüşümde kullanılan hassas ve güzel birer araç olduğunu anlayacaksınız. Bu bir yük değildir. Bu bir hediyedir. Ne yazık ki pek çok insanoğlu bunu anlamaktan uzak.

Eğer yine bir benzetme kullanıp bunu bir masanın etrafında bizimle oturup yaşamınızı seçmeye benzetirsek; o zaman siz, sizin daha büyük olan parçanız; sizin tam olarak bedenlenmeyen (bunu, zaten muhtemelen yapamayacağınızı da söylemeliyiz) daha büyük parçanız; gelecek dönüşümsel çalışmanın bir bedende mi yoksa beden dışında mı en iyi olup olmadığına karar verir. Ve bu fiziksel araçları, hangisi olursa artık, tamamen sonuna dek kullanmış olduğunuzda, yaşam ve ölüm döngüsü ya da fiziksel plandaki enkarnasyonlar çarkı dediğiniz şeyi sona erdirirsiniz. Dönüştürmeyi istediğiniz belirli noktaları görmeyi kolaylaştıran bir üç boyutlu mekan ve bir doğrusal zamanı ayıran bu araca artık ihtiyacınız kalmayacak. İşte bu noktada karar verirsiniz; siz, daha büyük olan siz ve siz büyük bir ruh varlışı, şu bedenlenen küçük parçadan çok daha büyüksünüz. O zaman, bu fizik bedeni kullanmanın, deyim yerindeyse, karlı olup olmadığına siz karar verirsiniz. Bu aşağı yukarı çapa mı, tırmık mı kullanayım, diye karar vermek gibidir. Bahçeyi hala tırmıklamak gerekiyor mu? Eğer öyleyse, bunu neden elle değil de tırmıkla yapmayasın?"

David: "Peki kişi fiziksel planda enkarnasyonlar döngüsünü tamamladıktan sonra ne olur?"

Heyoan: "Aydınlanma başka bir şekilde devam edecektir. Bizler de kendimizi temizliyor ve Tanrı'ya doğru yol alıyoruz. Geçilecek sonsuz sayıda safha var. Bir gerçeklik düzeyinden bir diğerine, sonra diğerine geçerek bu sonsuzlukta ilerleyeceksiniz. Bu noktada ancak belirli bir yol katedebilirsiniz çünkü algılama gücünüz sınırlı. Aydınlandıkça, algılayışınız gelişecektir. Aslında bunun sonu yok. Yüksek düzeylerde şifacılık, yaratıcılık haline gelir.

Fiziksel gerçekliğiniz bir sonrakine dönüşme geçişindedir; ve orada dönüşüm, artık acıya odaklı olmayacaktır. Gelecekteki dönüşüm ve şifa; hareketi, müziği ve sanatı yaratıcı bir yolla kuşatacak. Kişi ışıkla bütünleştikçe şifa da yaratıcılığa dönüşür. Karanlık yok oldukça, dönüşüm süreci; şifadan çok yaratıcılıkla ilişkili hale gelir."

26. Bölüm

SAĞLIK: KENDİNİZ OLMA MÜCADELESİ

Bu bölüm kendi kendine bakım ve kendi kendine şifa hakkındaki belirli noktalarla ilgilidir. Sağlığınız hakkında öğrenmeniz gereken en önemli şey, onu nasıl koruyacağınızdır. Fikrimce, sağlığı korumanın başlıca yolları şunlardır:

1. Hem kişisel hem de dünyasal düzeyde, kendiniz ve yaşam amacınıza derin bir bağlılık taşımanız gerekir. Bu da kendinizi sevmeyi ve kendinize saygıyı gerektirir. ("Rehberliğin Gelişimi ve Eğitime Dair" ve "Sağlık: Kendiniz Olma Mücadelesi" başlıklı bölümler.)
2. Sağlık ve şifanın sizin için anlamını anlamak. ("Gerçekliğin Ayrılması", "Enerji Bloklarından Fiziksel Hastalığa" ve "Şifa Sürecine Genel Bir Bakış" başlıklı bölümler.)
3. Kendinizi dinlemeniz ve kendinize bakmanız. Bu da, bir yerlerde bir dengesizlik olur olmaz bunu içinizde size söyleyen içsel rehberliği dinlemeniz ve onu izlemeniz gerektiğini gösterir. ("Şifa Deneyimi", "Rehberliğin Gelişimi ve Eğitime Dair", "Bilgiye Doğrudan Erişim" ve "Yüksek İşitsel Algılama ve Ruhsal Öğretmenlerle İletişim" başlıklı bölümler.)

Kendinize Bakmak

Kendinize bakmak için meditasyon, egzersiz, iyi gıdalar, hijyen, ihtiyaç olduğunda gerektiği kadar dinlenme, doğru giysiler, bir yuva, eğlenme, kişisel mücadele, mahremiyet ve arkadaşlar içeren bir günlük yaşama sahip olmak gereklidir. Bunları çok miktarda sevgi ile karıştırarak sonunda iyi ödülleri biçebilirsiniz. Kişisel ihtiyaçlarınız haftalar ve yıllar geçtikçe değişebilir. Bir zaman diliminde doğru olan şey, bir başkasında olmayabilir. Sizin için neyin iyi olduğu size söylen-

memeli; bunu kendiniz bulmalısınız. Bu da aslında şifa ve sağlığın özüdür: kendi sorumluluğunuzu almak ve kendi gücünü geri kazanmak. Burada kendi kendinize bakım ve şifa ile ilgili ipuçları bulacaksınız. Bunları okurken, çeşitliliğin yaşama tat kattığını ve kişisel gelişimin değişimle hızlandığını göz önünde bulundurmakta fayda var.

1. Meditasyon ("Rehberliğin Gelişimi ve Eğitime Dair", "Bilgiye Doğrudan Erişim", "Yüksek İşitsel Algılama ve Ruhsal Öğretmenlerle İletişim" ve "Şifaya Hazırlık" başlıklı bölümler). Benim favori meditasyonum; Heyoan, Pat ve Emmanuel ile birlikte yürüttüğümüz çalışmada Emmanuel tarafından verilen meditasyondur.

Rahat bir şekilde oturun, sırtınızın rahat olması önemlidir. Soluk alıp vermenize dikkat edin. Düzenli soluk alın ve verin. Her soluk alışınızda, geleceği ve olasılıkları içinize çekin. Soluk verirken ise geçmişinizi bırakın. Aldığınız gelecek, verdiğiniz geçmiş. Geçmiş bırakın gitsin. Yaratmak istediğiniz gelecektir asıl size gereken. Geçmişinizle beraber kendinize koyduğunuz tüm o sahte sınırlamaları da bırakın. Geleceğin, geçmişle hiçbir ilgisi yoktur. Bırakın geçmiş gitsin. Soluk alırken geleceği içinize çekin, soluk verirken geçmiş dışarı salmaya devam edin. Tüm geçmişinizin arkanızda kaldığını görün, geleceğiniz de önünüzdedir. Tüm geçmiş yaşamlarınızın ardınızda kalıp akarak uzaklaştığını görün, tüm gelecek yaşamlarınız size doğru akmaktalar. Zamanın akışını görün, siz merkezi şuur noktasısınız. Merkezi şuur noktası sizsiniz ve deneyimler sizin sayenizde hareketlenir. Gerçekliğin temelinde siz varsınız. Bu, değişmeyen sizsiniz. Zamanın sınırlarının dışında mevcutsunuz. Şimdi, geleceği soluk alışınız ve geçmişi soluk verişiniz arasında bir mola var. Nefesler arasındaki bu nokta, şimdi ebediyete kayacağınız noktadır.

2. Fiziksel egzersizler ("Şifaya Hazırlık" başlıklı bölüm). Bu egzersizlere ek olarak fitness salonları, aerobik merkezleri, yoga veya t'ai chi gibi dövüş sanatlarından da faydalanabilirsiniz. Yüzmeyi ya da yürüyüşü sever misiniz? Hangisi size en çok zevk veriyorsa onu yapın.

3. İyi gıdalar. Bu kitapta buna fazla değinilmedi. Kitapçılarda iyi diyet programları içeren kitaplar bulabilirsiniz. Makrobiyotik ekolün diyet kitaplarını öneririm. Az et, istiyorsanız organik. Özellikle kırmızı etten kaçın. Tahıl, sebze, salata, meyveyi dengeli tüketin. Her şeyi mevsiminde yiyin. Kışın daha çok kök sebzelere; yazın daha taze sebze, meyve, salatalara yönelebilirsiniz. Tahıllarla aranız yol boyunca iyi olsun.

Vitamin alırken dikkatli olun. Pek çok insan bazı vitaminlere karşı duyarlıdır ama bundan haberi yoktur. Eğer şifa uyguluyorsanız, diyetinizi multi-mineral/multi-vitaminler ve ekstra miktarda kalsiyum, potasyum, magnezyum ve C vitamini ile desteklemelisiniz. B vitaminine de ihtiyacınız olacak. Bilhassa dozaj belirtmiyorum, her vücut değişik ihtiyaç gösterir. Neye ihtiyacınız olduğunu, miktarını ve alış aralıklarını kendiniz belirlemelisiniz.

Yemek yerken yediğinize dikkat edin. Tabagınızın iştah açıcı görünmesini sağlayın. Aldığınız besinin sizi beslediğinin, size enerji verdiğinin, hücrelerinizi geliştirdiğinin farkında olun. Çiğneyin, tadını alın ve zevkini çıkarın. Besinler, dünyanın bereketidir.

Bir süre denemek için, yuttuğunuz andan itibaren besinin bedeninizde izlediği yolu takip edebilirsiniz.

Vücudunuzun neye ihtiyaç duyduğunu tat alma organları yoluyla haber veren mekanizmaya, apestata dikkat edin. Bu, çılgıncasına istemekten farklıdır. Neyi çılgınlar gibi istiyorsunuz? Genellikle çılgınlar gibi istediğiniz besine alerjiksiniyorsunuz. Bunu yemeyin. Üç ile on gün arasında isteğiniz geçecektir. Bedeninize ihtiyacı olan şeyi verin. Mesajlarını dinleyin. Eğer bir şeyi her an çılgın gibi istiyorsanız, bir şeyler yanlış demektir. Mesela daima tatlı bir şeyler istiyorsanız nedenini araştırın. Muhtemelen iyi beslenmemişsinizdir, bedeniniz de hızlı enerjiyi çılgın gibi isteyerek açığını kapamak istemektedir.

Gıdaların uzun süre dayanması için eklenen şeyler sizin için zararlıdır. Gıdalarımızın çoğunun içinde bir miktar zehir (doğadaki kimyasallar, gübre, böcek zehiri vs.) bulunur. Bundan kaçınmak için mümkün olduğunca organik yetişmiş sebzeler ve meyveler yemekte fayda var. Bunları pişirmesi daha uzun sürebilir ve daha pahalı olabilirler ama uzun vadede, hastane masrafları azalacağından daha karlı olacağınıza düşünebiliriz.

Eğer çevrenizde bu tip besin bulmanız zorsa, en azından yiyeceklerinizi Clorox ile yıkayın. Yiyecekleri suya koyun, dörtte bir fincan Clorox ekleyin ve yirmi dakika bekletin. Sonra da iyice yıkayın. Ayrıca tabaklarınızı vs. yıkarken de deterjan artığı kalmamasına dikkat edin, bunlar sindirim sisteminde yıkıcı etki yaparlar.

Unutmayın, yiyecekleriniz ne kadar taze olursa o kadar iyi enerji sağlarlar ve sağlığınıza olumlu yönde etkilerler.

4. Hijyen. Cildinizi, dişlerinizi ve saçlarınızı temiz tutmak çok önemlidir. Kullandığınız temizlik ürünlerinin cildinize uygun pH dengeli, yani asit/alkali dengeli olmasına dikkat edin. Cildinizin doğal bir asit örtüsü vardır ve enfeksiyona karşı koruma sağlar. Alkalın sabun veya temizlik maddesi kullanırsanız bu katmana zarar verirsiniz. Duş alırken duş fırçası kullanın. Bu, eski hücrelerin atılıp yenilerinin gelişmesini sağlar. Kuru bir cildiniz varsa pH dengeleyicili bir losyon kullanın. Bu cildinizi nemlendirir. Doğal, hypoalerjik ve anti-toksik sabunları tercih edin.

Aynı şeyler saçlarınız için de geçerlidir. Saçlarda tortu bırakan malzemeler kullanmayın. Şampuanınızın da pH dengeli olması gereklidir.

Dişlerinizi günde en az bir kere dişipiyile temizleyin, en az iki kere fırçalayın. Dişeti sorunuz varsa, 1 oran tuz ile 8 oran karbonatı karıştırarak günde bir kez bunu fırçalarken kullanın.

5. Dinlenme. Bu da kişiden kişiye büyük değişiklik gösteren bir kavramdır. Gündüz insanı mısınız, gece insanı mı? Kendinizi dinleyin. Bedeninizin ne zaman dinlenmeye ihtiyacı var? Altı saat mi, dokuz saat mi uyumanız gerekiyor? Eğer yorgunsanız, günün hangi saati olduğuna aldırmayın, dinlenin. Yarım saat uzanmak bile enerji

nizi geri kazanmanıza yardım edecektir. O kadar vaktiniz yoksa, on beş dakika mutlaka ayırın. En meşgul gününüzde bile bunu yapabilirsiniz.

6. Giyim. Pek çok sentetik giyim maddesi enerji akışınızı olumsuz etkileyerek auraya zarar verir. Akrilik, polyester ve naylon bunlara örnekler. Naylon çoraplar bacaklardaki enerji akışını ters etkiler, bana kalırsa günümüz modern toplumlarında görülen kadın rahatsızlıklarında bunun etkisi vardır. Gerçekten gerektiğinde giymenizi öneririm. Özellikle hassas bir cildiniz varsa aldehid/formaldehid ürünler ve petrol kullanılan ürünlerden kaçınmanızda fayda var.

Doğal lifler her zaman aurada olumlu etki yapar. Aurayı güçlendirir ve destekler. Pamuk, ipek ve yünüler bu yönden iyidir. Karışımlardan yapılan kumaşlar da iyidir. %50 pamuklu kumaşlar harikadır. Bazı sentetikler de iyi olabiliyor. Benim derim yapay ipeğe ve çoraplarda kullanılan orlona tepki vermiyor.

Dolabınızı açıp giyecek bir şey bulamamanızın sebebi, ihtiyacınız olan rengin bulunmaması olabilir. Bugün hangi renge ihtiyaç duyuyorsunuz? Auranız renk açısından düşük olabilir ve bunu gereken rengi giyerek telafi edebilirsiniz.

Dolabınızda çeşitli ürünler olsun. O gün ne hissettiğinize göre giyinebilme şansınızı artırın.

Giydikleriniz size uygun mu, yoksa başkaları için mi giyiniyorsunuz? Giyiminizin sizi yansıtmaması önemlidir.

7. Yuvanız. Yeterli yer ve ışık var mı? Evinizde rahat ediyor musunuz? Yeriniz uygunsa bitki yetiştirmek enerjinize olumlu etki yapacaktır. Evinizin renkleri size uygun mu? Havası taze mi? Bunu sağlamak gereklidir. Eğer floresan ışık kullanıyorsanız vazgeçin. Akkor ışıklar daha iyidir.

8. Zevk. Buna da işiniz kadar önem vermeniz gerekir. Eğlenmek için yapmak istediklerinizi ertelemeyin. Gülün, içinizdeki çocuğu keşfedin ve zamanın tadını çıkarın.

9. Kişisel mücadele. Herkesin yapmayı istediği ama ertelediği ya da hiç yapamayacağını düşündüğü şeyler vardır. Yanlış varsayım: Şimdi bunları yapmanın zamanı. Bir yolculuk ya da mäs-

lette bir çıkış; kendinize sadece bir şans tanıyın ve en azından deneyin. Sadece plan yapmanız gerekiyor. Unutmayın, en çok istediğiniz şey, her şeyden çok yapmak istediğiniz şey; bu hayata yapmak için geldiğiniz şeyin ta kendisidir. Sağlığınızın garantisi de bunu gerçekleştirmektir. Şimdi başlayın, ne yapmanız gerekiyorsa yapın. Eğer uzun sürecekse bile, başlamadan sonunu getiremezsiniz. En azından bir başlangıç yapın. İç rehberiniz size yol gösterecektir.

10. Mahremiyet ve arkadaşlar. Hepimizin mahremiyete ve arkadaşlara ihtiyacı var. Sizin için ne anlama geldiğini bulun ve yaşamınızda yaratın. Bunun için kurallar koyun. İlgilendiğiniz biri var ama onunla çekingenliğiniz yüzünden konuşmıyor durumda iseniz, şansınızı deneyin. O insana onunla arkadaş olmak istediğinizi söyleyin. Nasıl işe yaradığını görünce şaşıracaksınız. Eğer olmazsa, başkaları da var.

11. Kaza ve hastalıkta kendi kendine bakım. İhtiyaç duymadan önce, kendinize civarda bir sağlık uzmanı belirlemeniz iyi olur. Güvendiğiniz bir doktorunuz olmalı. Bunun dışında şifacılar, homeopatlar, naturopatlar, akupunktur uzmanları, kiropraktörler, masörler, beslenme uzmanları vs. var.

Kendiniz için, evde bakım üzerine bir kursa gitmenizi öneririm. Homeopati, ailenizin hemşiresi olmanıza yardımcı olur. Ben bunu yıllardır kullanıyorum ve çocuklarımda rastladığım neredeyse her hastalık için homeopati ile elle dokunarak şifa verme karışımı, her derde deva oluyor. Boğaz üşütmesinden sıkışmış parmaklara kadar tüm tipik çocuk sorununu homeopati ile başarıyla tedavi edebildim.

12. Kendiniz ve aileniz için önerebileceğim basit şifa teknikleri şunlar: Şelasyon ile başlayın ("Tam Spektrum Şifası" başlıklı bölüm). Bunu herkes öğrenebilir. Tüm şakraların üstünden geçtikten sonra, ellerinizi ağrısı olan bölgeye koyun. Sevgi ile kişinin yanına oturun. Bu her ikinize de kendinizi harika hissettirecektir.

Eğer bölgede enerji tıkanmışsa, bu tıkanıklığı gidermeniz gerekir. Parmaklarınızın 10 cm daha uzun olduğunu ve mavi ışıkla dolu olduğunu

hayal edin. Şimdi ellerinizi sorunlu bölgeye yaklaştırın ve tıkalı enerjiyi çekip alın. Beyaz ışığa dönüşmesine izin verin. Cildin 10 cm derinine ulaşabilirsiniz. Deneyin, işe yarayacak. Hem çok da kolay.

Şifayı, ellerinizi eşinizin/kızınızın/oğlunuzun başı üzerine koyarak tamamlayın. Birkaç dakika sonra tüm aurayı parmaklarınızla tarayın. Baştan ayağa doğru, bedenden 20 cm uzaklıkta hatlar oluşturun. Bedenin her yanında bunu yapın.

Ellerinizi bir süre akan suda tutun. Su ılık olsun.

Eğer hasta olan sizseniz, aynı şeyleri kendiniz için yapın. Size yardımcı olacak birini bulun. Eğer bir hastalığınız varsa, her gece yatmadan önce ellerinizi sorunlu bölgenizin üzerine koyun ve oraya enerji ve sevgi yaydığınızı hissedin. İyi ve dengeli olduğunuzu imgeleyin; bedeninizden gelen mesajı dinleyin. Vücudunuzda dinlemediğiniz şey neydi? Bu hastalığın kişisel ve yaşam göreviniz açısından anlamı nedir? Kendinizi sevin, kendinizi kabul edin. Eğer ciddi bir hastalığınız varsa bile, kendinizi bunun için suçlamayın. Mesajı işitebileceğiniz kadar güçlü kılma cesaretini gösterdiniz. Gerçekten ne olduğunu öğrenme cesaretini kendinizde buldunuz ve yüzleştiniz. Bunun için kendinize saygı duymalısınız. Kendinizi sevin. Kendinizi sevin. Kendinizi sevin. Siz İlahi gerçekliğin bir parçasısınız. Tanrı ile birliktesiniz. Şimdi Heyoan'ın iki kendi kendine şifa metodunu veriyorum. Bunlar size yardım edecektir:

Egzersiz: Heyoan'ın Kendi Kendine Şifa Meditasyonu

1. "Vücudunuzu istediğiniz şekide gözden geçirin: içsel görüş, sezgi, hisleri duyumsama."

"İsterseniz rehberinizin yardımıyla vücudunuzda en çok kaygılandığınız bölgeyi bulun."

"Eğer sorunlu bir yeriniz yoksa, yaşamınızda şu an kaygılandığınız bir şey üzerine odaklanın. Bu alanı bulun. Bedeninizde veya yaşamınızda o bölgeyi bulun."

2. "Eğer isterseniz buna bir form, renk, öz, şekil, yoğunluk verin. Keskin mi, donuk mu? Belirli bir acı mı var, uzun zamandır sürüyor mu? Ağrıyor mu? Keskin mi? Gelip gidiyor mu?"

"Yaşamınızdaki bu durum yeni mi? Eski mi? Bununla karşılaştığınız zaman kronik tepkiler ne oluyor? Bahsettiğimize benzer belirli bir durum bulmaya çalışın."

"Örnek: Eğer bedeninizde bir acı varsa, bunu hissettiğinizde zihninizde neler oluyor?"

"Zihniniz bunu okuyor ve buna korkunç bir etiket mi koyuyor?"

"Yaşamınızdaki bu gibi durumlarda öfke ya da korku hissediyor musunuz? Bedeninize olan şeyden dolayı korkuyor musunuz? Buna nasıl tepki veriyorsunuz? Huy olarak verdiğiniz tepki bir işe yaramaz, acı hala oradadır. Eğer özellikle acı kronik ise, alışkanlıkla verdiğiniz tepki işe yaramaz. Mesaj (yani ders diyelim) tam olarak alınmamıştır. Yani tepki ne olursa olsun bu durumda yanlıştır, çünkü sorunu çözmemiştir."

"Yaşamınıza ve bedeninize bakın: Onu adeta bir okul dershanesi gibi şekillendirdiniz; hastalık, acı, rahatsızlık gibi şeylerin, size bir ders öğretecek birer mesajı olduğunu anlamayı öğrendiniz."

3. "Ve bir sonraki soru şu: Vücudunuzda bu acı neden var oldu? Neden yaşamınızda bu şartlar oluştu? Bundan öğrenebileceğiniz nedir? Bu şart veya ağrı size, ta ki siz anlayana dek tekrar tekrar neyi söylemeye çalışıyor? Anladınız mı? Bu dersi öğrenene ve bu konuda kendi kendinizin en iyi öğretmeni olana kadar bir sonraki aşamaya geçmeyeceksiniz."

"Eğer bedeninizde böyle bir bölge bulursanız, ellerinizi üzerine koyun. Daha büyük şuurunuzun vücudunuzun o bölgesiyle kaynaşmasına izin verin. Bunu yaptıkça, eğer hala keşfetmemişseniz, korkunun yapısını anlayın. O korkunun yapısının özünü duyumsadığınız-

da, onu sevgi ile hissetmenizi öneririm. Bu korku için en uygun sevgi nedir? Bunu yaşamınızın herhangi bir parçası ya da bedeninizin bir bölümü için de yapın. Yaşamınızdaki bir olumsuzluk ya da vücudunuzdaki bir rahatsızlık, kendinizi tamamen sevmemeniz ile ilişkilidir; yapmayı dilediğiniz şeyi sonuna dek izlememiş olmanızla. İç sesinizi neden dinlemediniz? Kim olduğunuzu nasıl göz ardı ettiniz? *Herhangi bir hastalık; olduğunuz kişiyi nasıl sevmemiş olduğunuzu ve olduğunuz kişi olmak için kendinizi nasıl bağrınıza basmamış (beslememiş) olduğunuzu size söyleyen doğrudan bir mesajdır. Bu, tüm şifanın temelidir.*

4. "Bir başka ipucu: Ders, asla sizin yanlış yaptığınız ya da sizde kötü olan bir şeyle ilgili değildir."
5. "Ve böylece cevabı bulmakla, kendinizi istediğinizi yapmaktan alıkoyan acı ve korkuyu bulmuş olacaksınız. Ve bu noktada seçiminiz korku ile yüzleşmek ve kendinize bunu hissetme şansı vermek olacaktır. Ne zaman korku varsa, sevgi eksikliği var demektir, çünkü bu ikisi birbirinin tersidir. Korku varsa, hakikatten uzaksınız demektir, korktuğunuz da gerçek değil, bir illüzyondur. Korktuğunuz zaman merkezlenmiş değilsiniz, benliğinizin bütünlüğünden uzaksınız. Bu korkuyu atlattığınız zaman, şifada bir sonraki adıma geçtiniz demektir."

"Yatağa gitmeden önce ödev:

1. Korkularınızı sıralayın.
Neden korkuyorsunuz?
Belki bu bedeninize odaklanacaktır.
Belki yaşam durumunuza odaklanacaktır.
Belki genel korkulardır.
2. Bu korkuyu yaşam koşullarınızla bütünleştirin. Korku genellikle isteyip de yapamadıklarınız ile ilgilidir. Bu, sizinle kendi büyüklüğünüz arasında bir bloktur; aynı zamanda ona geçiş kapısıdır.

Şöyle bir liste yapın:

Korkular	Yaşam Durumları	Kendimi Nasıl Sevmedim Neyi/Nasıl Olmak İsterim?
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Bunların aurayla ilgisi ne? Hepsi aurada görülebilir. Bu şeylerin formları ve maddeleri var. Algılayışınızı açtığınız zaman insanları daha iyi göreceksiniz ve kendilerini nasıl da sevmediklerini anlayacaksınız. Ve sonra şifacı olarak kim olduklarını hatırlamalarına ve kendilerini sevmelerine yardım edeceksiniz. Siz, şifacı olarak sevginin ta kendisi olacaksınız."

Egzersiz: Sınırlamalarınızı Eritme Meditasyonu

"Bu, kendilerini yaşamları içinde aslında sınırlanmış olmayı istemedikleri bölgelerde sınırlanmış bulanlar için iyi bir meditasyondur. Kendini keşfetmek, şifa pratiği yapanlar için iyidir çünkü hastalık, aslında kişinin kendini, sınırlı benlik tanımlamalarıyla kısıtlamasının sonucudur. Şifacı olarak, başkalarında bunu duyumsayabilmek için ilk önce bu süreci kendinizde görmeli ve öğrenmelisiniz; böylece bunu tanımlamalarına ve bu sınırları kırmalarına yardım edebilirsiniz.

Bunların tümü aurik sahada form bulmuş şekildedir. Bunlar sizi sınırlayan enerji ve şuur halleridir. Aura ve şifa ile çalıştıkça, sınırlamanın malzemesi olan enerjetik formlar üstünde doğrudan çalışabilirsiniz.

1. Kendinizi genişlemiş bir şuur haline yükseltin.
2. Şu soruyu düşünün: Kimim ben?
3. Cevabı bulduğunuzda, kim olduğunuz tanımı çevresine getirdiğiniz sınırları bir düşünün. Bunu anladığınız zaman, bu sınırların tek sorumlusunun kendiniz olduğunu anlayacaksınız.

4. Bu kısıtlamayı sınırların ötesine taşıyın, böylece sınırlarınız genişler.
5. Yine aynı soruyu sorun kendinize: Kimim ben? Cevap ne olursa olsun, size farklı bir benlik tanımlaması verecektir.
6. Öz'ü sınırlı tanımdan ayırın.
7. Kısıtlamayı yine sınırların dışına atın, genişleyin.
8. Yine aynı soruyu sorun, vs.

Bu meditasyonu önümüzdeki hafta boyunca tekrarlayın. Size Öz'ün tanımını vermeyeceğim. Bunu egzersiz yaparak kendiniz tanımlayacaksınız."

Eğer şifacı olmak istiyorsanız, olabilirsiniz. İlk mücadeleniz, kendinizi iyileştirmek olacak. Buna yoğunlaşın, sonra da başkalarının kendile-

rini iyileştirmelerine nasıl yardım edeceğinize odaklanın. Bu sizin şifacı olarak gelişmenizi sağlayacak. Gelecek kısımda bu yolun neye benzediğini anlatacağım.

Üstünde Düşünelim:

1. Bu kısımda verilen 11 kendi kendine bakım maddesinde, 1. madde olan meditasyondan başlayarak kendinize 1 ile 10 arasında puan verin.
2. Kendinize düşük not verdiğiniz maddeler için, sizi engelleyen aşağı benlik ya da gölge benlik tepkilerinizi bulun. Bu tepkinin temel aldığı inanç ve sınırlı çıkarım nedir?
3. Bunu dengesiz şakra ya da şakralarla ilişkilendirin.
4. Heyoan'ın kendi kendine şifa meditasyonunu uygulayın.
5. Heyoan'ın benlik sınırlarını kaldırma meditasyonunu uygulayın.

27. Bölüm

ŞİFACININ GELİŞİMİ

Şifacı olmak zorlu ve kişisel bir süreçtir. Bunun nasıl olması gerektiğine dair konulmuş kesin kurallar yoktur. Herkesin yaşamı özgündür. Kimse şifacılığı bir başka kimseye bağışlayamaz. Bu içten gelen bir şeydir. Gidilecek kurslar, çalışacak teknik materyal, şifa sürecinde aslında nelerin olup bittiğine dair farklı düşünce ekolleri mevcuttur. Bazıları, uygulamalarının hiç de ruhsal olmadığını bile söylemektedir.

Benim şifacılığa giden şahsi yolum ruhsal bir yoldu; benim için çok doğaldı. Sizin için en doğal olan nedir? Aşınmış yollardan gitmek yerine kendi yolunuzda yürüyün. Uygulamada genel kabul görenlerden seçtiklerinizi alabilir ve bunları kendi yeni fikirlerinizi yaratmakta kullanabilirsiniz. Rehberim Heyoan, bir şifacı haline gelmek konusunda aşağıdaki yorumu yapmıştı.

Kendini Adamak

"Şifacı olmak, kendini adamak demektir. Belirli bir ruhsal uygulamaya, dine, katı kurallara değil; kendini kendi gerçeğine ve sevgine adamaktır. Kendi gerçeğin ve sevgin, sana gideceğin yolu gösterecektir. Bunun anlamı, o gerçeği ve sevgiyi uygulayışının sen hayat yolunda ilerlerken muhtemelen değişebileceğidir. 'Cennet'e giden pek çok yol vardır'; tıpkı yuvaya dönen pek çok ruh olduğu gibi. Eğer insanlık tarihini araştırarak olursak, bizden önce yol almış ve aydınlanmış insanlara rastlarız. Gidilmiş bu yolların neler olduğu artık tarihin bu noktasında insan ırkı tarafından bilinmemektedir. Bazıları keşfediliyor; bazıları ise hala kayıp. Ne olursa olsun, insan ruhunun derinliklerinde yeni yollar var; her ruh varlığı kendi yolunu keşfediyor. Görüyorsun, süreç böyle işliyor. Bu, senin içinde ve diğer herkesin içinde kabaran yaratıcı gücün kendini durmaksızın yenileyen sürecidir. Yuvaya dönüş de-

nilen şey budur. Tamamen, direnç göstermeden, o içsel harekete akmayı öğrendiğinde, yuvaya vardın demektir. Yuvaya varmak, budur işte."

Testler

Kendinizi kendi gerçek yolunuza adadığınız ve kendi yaşamınızın merkezi önceliğini anladığınız zaman, yaşamınızda işleyen bütün sürecin farkına varacaksınız. Bu yaşam süreci sizin kişisel gerçekliğinizi değiştirecektir. Kişisel gerçekliğiniz ve "dış" dünyanın arasındaki sebep ve sonuç ilişkilerini göreceksiniz.

Ruhsal kanunların bana (yüce benliğim ve rehberlerim tarafından) öğretileceği yolda dikkatli bir şekilde adım adım ilerledim. Buna konsantre olmak ve gerçekliği, İlahi iradeyi ve sevgiyi öğrenmek için oldukça uzun zaman geçirdim. Bu ilkelerden biri üzerinde bir süre yoğunlaştıktan sonra adeta test edildiğimi hissettim. Birdenbire kendimi gerçek, sevgi, İlahi irade fikirlerine sahip olmanın zor olduğu bir duruma düşmüşken buluyordum. Ruhsal rehberler beni test ediyordu ve ben bu konuda fazla bir şey yapamıyordum. Sonunda, bu testlerin benden daha ileri bir şuur tarafından (benim tam rızamla) hazırlandığını anladım. Ben bu büyük şuurun bir parçasıydım. Demek ki son tahlilde, bu testleri tasarlayan bendim. Küçük "ego-ben" genellikle bunun parçası olmak istemiyordu. Bilge parçam, daha iyisini biliyordu.

Kendinizi yolunuza adamanızdan sonra ilk yüzleşeceğiniz şey korkunuz olacaktır.

Korku ile Başa Çıkmak

Korku, daha büyük gerçeklikten kopuşun getirdiği bir duygudur. Korku, ayrılık hissidir. Korku,

sevginin, yani var olan her şeyin birliğine bağlı olmanın karşılığıdır.

Egzersiz: Korkularınızı Bulmak

Kendinize sorun: Yaşamınızda en çok korktuğunuz şey nedir? Bu korku gerçeklik hakkındaki hangi varsayımlara dayanıyor? Bunun meydana gelmesinde bu kadar korkunç olan nedir? Kaçınmaya çalıştığınız şey her ne olursa olsun, o şeye dahil olan duyguları hissetmekten korkuyor olmanızla bağlantılıdır. Bunlar neler? İçinizde derinlerde bir yerde, herhangi bir şeyle yüzleşebileceğinizi ve içinden geçip gidebileceğinizi bilen bir yer mevcut.

İçinize bakarsanız, korktuğunuz şeyle yüzleşmeye gerek olmadığını düşündüğünüzü görürsünüz. Eğer kendinizi bırakır ve İlahi Kıvılcıma teslim olursanız; bununla muhtemelen yüzleşmeniz gerektiğini anlarsınız. Ve bunu yaptığınız zaman korkunuzun, yerini sevecenliğe ve şefkate bıraktığını görürsünüz. Bu, ölüm deneyimini de içerir. Bu konuda, Emmanuel şöyle der:

Bu, korkuyu yok etme meselesi değil,
onun doğasını bilme
ve onun sevginin gücünden
daha az güçlü
olduğunu bilmektir.
Bu bir illüzyondur.

Korku
sadece aynaya bakmak
ve kendi kendine
çeşitli mimikler yapmaktır.

Geriye dönüp de kendi yoluma baktığım zaman, belirgin ve açık gelişim modellerini açıkça görebiliyorum. O sırada olayların tam ortasında dayken, bu büyük modelin farkında değildim. O sıralarda zamanımın çoğunu o anda elimde olanların farkına varmakla geçirmiştım.

Gerçek

İlk defa Phoenicia Pathwork Merkezine gittiğim-

de özel seanslar uyguluyor, gruplar halinde çalışıyor ve ruhsal bir birliğin üyesi oluyorduk. O zaman ilk defa hakikat kavramıyla karşılaştım. Ben gerçekten mi söz ediyordum, yoksa kendi rahatım için bunun gerçek olduğuna kendimi ikna etmeye mi çalışıyordum? Davranışlarımı geçerli kılmak ve yaşantımdaki tatsız deneyimlerimi açıklamak için kendimi birçok şeye inandırmak üzere nasıl da rasyonalize ettiğime şaşıryordum. Benim ana savunma mekanizmam, başkalarını suçlamaktı. Siz bunu ne kadar yapıyorsunuz? Açıkça belli olanlara değil, gizli kalanlara bakarak cevaplandırın bunu.

Yavaşça, davranışınızı değerlendirdikten sonra düşüncenizi ve sizi yönlendiren sebep sonuç ilişkisinin tahmin ettiğinizden daha açık seçik biçimde işlediğini göreceksiniz; öyle ya da böyle söz konusu olumsuz deneyimleri yaratan, aslında sizsiniz. Bununla yüzleşmek zordur. Bu acı dolu yaratıların yükünün altına gömülmüşken, yaşamınızı aslında bu şekilde sürdürmeye yönelik bir niyet bulacaksınız. Buna "olumsuz niyet" denebilir. Benim olumsuz niyetim iki temel noktaya dayanıyordu. Biri, yaşamın çok çalışma gerektiren ve zor olduğuna dair bir inanç sistemi idi. Bu inanç sistemi çok genel değildir ve her kişi için çok spesifik.

Egzersiz: Olumsuz İnançlarınızı Bulmak

Örneğin, kendiniz için şu cümleleri tamamlayın: "Tüm erkekler _____. Tüm kadınlar _____. Bir ilişkide şu şekilde incinen ben olurum: _____. Belki hastalanırım ve _____ yüzünden ölürüm. Şu şekilde parçalara ayrılırım: _____. Eğer _____ olmazsa _____ kaybederim." Diğer olumsuz niyetim olumsuz zevke dayanıyordu; yani ben aslında negatif deneyimlerden hoşlanıyordum.

Uyarıyorum, katıldığınız çalışmalar ne olursa olsun ve kendiniz üstünde ne kadar çalışmış olursanız olun, kendinizi hiç kandırmayın: Bu soruları yanıtlamakla her zaman kazançlı çıkacaksınız. Hepimizde var bunlar, sadece eskiden bu kadar açık ve anlaşılır değillerdi.

Herkes kişiliğinin bir düzeyinde bunu ya-

par. Örneğin, sorunlarınız için başkasını suçlayarak (anne, baba, eş) "iyi olma" zevkini tadarsınız, onlar da böylece "kötü olan" olurlar. Bu şekilde negatif zevkin pek çok çeşidi ve türü vardır. İncinen, hatalı olan ya da kaybeden olmakta bir zevk de bulunabilir. Kaybettiğimiz zaman, asıl iyi olanın biz olduğumuzu ama bir başkası yolumuza çıkmasaydı başarılı olacağımızı düşünürüz. Neden başaramadığınızı açıklarken bir şekilde zevk alırsınız. "Bunu yapmak istiyordum, ama annem/babam/eşim bana izin vermedi, yapacak çok işim vardı ve zaman bulamadım, bana destek olan kimse yoktu vs." Bu açıklamalarda olumsuz zevki açıkça görebiliyoruz. Bir dahaki sefere bir işi neden başaramadığınızı açıklarken dikkat edin, gerçekten doğruyu mu söylüyorsunuz?

Neden biz insanlar bu şekilde davranırız? Gelin, olumsuz zevkin etiolojisine (*) bir bakalım.

Olumsuz zevk, doğal ya da olumlu zevkin çarpıtılmış halidir. Olumsuz zevk, ayrılığa dayanır. Olumlu zevk ise bütünlüğe dayanır. Sizi hiçbir şekilde başkalarından ayırmaz. Olumlu zevk; merkezinizden, özünüzden gelir. İçinizde, derinlerde akar ve yaratmayı amaçlar. Zevkli olan hareket ve enerji ile akar. Olumsuz zevk, özden gelen hareket ve enerji bozulduğu veya yanlış yöne kaydığı ve engellendiği zaman ortaya çıkar. Bu, daha çok kişiliğimizin belirlendiği çocukluk döneminde yaşanan deneyimlere bağlıdır. Örneğin, bir çocuk mutfak ocağındaki o hoş parlak aleve doğru elini uzatır. Annesi, eli yanmadan önce eline vurur. Zevk güdüsü durdurulur. Çocuk ağlar. Zevk ve acı birliği, işte bu kadar basit bir şekilde başlar.

Olumsuz deneyimleri zevk ile birleştiren çok daha karmaşık çocukluk deneyimleri de vardır. Bize devamlı olarak kendimiz olamayacağımız, yaşam gücümüzü akıtamayacağımız söylenir. Bizim seçimlerimiz olumsuz zevke yol açacaktır, çünkü orijinal yaşam dürtüsüne bağlıdır. Biz hala yaşam dürtüsünü hissetmekteyizdir. Zevk olumsuz da olsa, hala yaşamdır; hareket ve enerji olmamasından, yani ölümden daha iyidir. Biz büyüdükçe, çarpıtılmış zevk dürtümüz de alışkanlık halini alır.

Zevk dürtümüzü her çarpıtışımızda ve kendimize olduğumuz kişi olmamız için her izin

vermeyişiğimizde, küçük bir parçamız ölür. Demek ki arınma süreci; kendimizi bu minik ölümlerden diriltmemiz, yaratıcı gücümüzü zenginleştiren enerji, hareket ve şuurun tam akışının zevkini yeniden edinişimiz demektir.

Phoenicia Pathwork Merkezindeki ilk iki yılını, kendimle çok titiz biçimde samimi ve dürüst olarak geçirdim; olumsuz zevki olumlu olanından ayırmayı, yaşantımda olumsuz zevki nasıl ve niçin yarattığımı anlamayı öğrendim. Davranışlarımın dayandığı hatalı inanışları ve yanlış anlamaları aradım.

Bunu yapmak, gerçekliğe bakışınızı, tıpkı benimki gibi değiştirecektir. Zaten yaşamınızda olumsuz deneyimleri yaratan sizseniz, demek ki değişebilir ve olumlu olanları da yaratabilirsiniz. Bu işe yarayacaktır. Benim için öyle oldu ve eski sorunlarımdan kurtulmaya başladım.

İlahi İrade

Yaşamımda hakikat ile yaşamak üzerine yoğunlaştıktan iki yıl sonra, irademle ilgili sorunlarım olduğunu keşfettim. İradeyi kullanım şeklim, yaşantımda sorunlara neden oluyordu. Çok dengesizdi. Bir şeyler hakkındaki kararlarımı değiştirebilirdim. İçimde "istemek" ve irade konuları üzerinde pek çok yeni düzey buldum. Bunlar savunmacı benlikten gelir ve sıklıkla içimizdeki çocuğun, gencin ya da ergenin iradelerinde bulunurlar. Bu iradelerin çoğu fazlasıyla talepçidir. İradelerimizin büyümeleri gerekir. İçimizde bir yerlerde İlahi iradenin kıvılcımları vardır; Tanrı'nın Muradı. Pek çok insan İlahi iradeyi sanki kendilerinin dışında gibi deneyimlemektedir. Bu, her zaman kendilerine ne yapmaları gerektiğini söyleyen birilerini bulmak zorunda oldukları anlamına gelir. Bu da bir değersizlik hissi oluşturur. Ben, İlahi kıvılcımın her insanın içinde olduğunu görüyorum. Bunu içinizde bulana kadar kendinize zaman vermeniz gerekir. O içinizde, siz bir istisna değilsiniz. Peki ya Tanrı'nın iradesini izlemek ne demek? Bu, bir dış otoritenin tanımıyla Tanrı'nın iradesini takip etmek demek değildir kesinlikle. Ben ne olduğunu bulmaya karar verdim. Ve fark ettim ki, içimdeki küçük

(*) Etioloji: Sebeplerin bilgisi, hastalıkların sebeplerini inceleyen bilim dalı.

iradelerin hepsini, içimdeki İlahi kıvılcımla aynı hizaya getirmem gerekiyordu. Bunu yapmanın en iyi yolunun (benim için), kendi irademi günlük hayatta olumlu kullanarak geliştirmek olduğuna karar verdim.

Pathwork çalışmasının temeli olan ve Eva Pierrakos'un kanallığıyla (1957-80) arasında alınan Rehber Dersleri arasında güzel bir bölüm buldum:

Kendimi Tanrı iradesine
teslim ediyorum.
Kalbimi ve ruhumu Tanrı'ya veriyorum.
Yaşamda en iyiyi hak ediyorum.
Yaşamda en iyi nedenlere hizmet ediyorum.
Ben Tanrı'nın
ilahi bir tezahürüyüm.

Her gün, birkaç kez bu cümleyi tekrarladım. Bunu iki yıl boyunca yaptım, ta ki İlahi iradeyi içimde bulmada iyice ustalaştığım, bana bile iyice açık gelene kadar.

Emmanuel der ki, "Senin iraden ve Tanrı'nın iradesi aynıdır... Bir şey sana neşe ve doygunluk veriyorsa, bu Tanrı'nın senin kalbin yoluyla konuşan iradesidir."

Kendi iradenizi kullanışınızı inceleyin. Belirlenmiş ahlaki değerlere ne kadar boyun eğiyorsunuz? Kalbinizin sesini ne kadar sık dinliyorsunuz? Kendinizi İlahi irade ile canlandırdıkça, sevgi üzerine yoğunlaşmanın zamanı gelir; benim yaptığım da buydu.

Sevgi

Pek çoğumuz sevginin ne olduğu konusunu fazla düşünmeyiz. Sonraki iki yılı, nasıl ihtiyaç duyuluyorsa duyulsun sevgiyi nasıl verebileceğim üstünde odaklanarak geçirdim. Sevginin pek çok formunu keşfettim, bunlar şöyle diyorlardı: "Senin esenliğine, elimden gelen herhangi bir biçimde katkıda bulunmayı önemsiyorum.", "Ruhunu onurlandırıyor ve ışığına saygı duyuyorum.", "Hayat yolunda bir yoldaş olarak seni destekliyor, bütünlüğüne ve ışığına güveniyorum." Vermenin almak olduğunu anlamaya başlıyorsunuz.

En zoru kendinizi sevmeyi öğrenmektir.

Eğer kendinizi sevemezseniz başkalarına nasıl sevginizi sunabilirsiniz ki? Kendini sevmek çaba gerektirir. Hepimizin buna ihtiyacı var. Kendini sevmek, kendinize ihanet etmeden yaşamaktan kaynaklanır. Sizin kendi gerçeğinizi yaşamanızdan kaynaklanır.

Kendinizi sevme uygulaması yapmanız gerekir. Burada kendinizi sevmekle ilgili bazı egzersizler bulacaksınız.

Sizin için sevmesi en kolay olan şeyi bulun; mesela bir çiçek, ağaç, hayvan, sanat eseri. Sonra onunla oturun ve değerli sevginizi ona yöneltin. Bunu birkaç kez yaptıktan sonra, bakın bakalım o değerli sevginizin bir parçasını kendinize doğru genişletebilecek misiniz? Sizin sevginiz gibi değerli bir hediyeye sahip olan herhangi biri, kesinlikle sevmeye değerdir.

Bir diğer egzersiz de aynanın karşısında on dakika oturmak ve orada gördüğünüz insanı sevmekten ibaret. Onu eleştirmeyin. Hepimiz aynaya bakıp, en küçük kusurlarımızı bile bulmakta pek becerikliyizdir. Burada buna izin yok; bu egzersizde sadece olumlu iltifatlarla izin var. Eğer sıkı bir mücadeleye hazırsanız, kendinizi eleştirdiğiniz her seferde, egzersize baştan başlayın. Kendinizi eleştirmeden on dakika ayna karşısında oturabilmeyi amaçlayın.

İman

Altı yıllık dönemi tamamladıktan sonra geriye baktığımda görüyorum ki içimde büyük değişimler meydana gelmiş. Zamanın çoğunda, evrenin iyicil bereketine güçlü bir imanla hizalanmıştım. Siz de bunu yapabilirsiniz. Talepkar iradenizi sürekli bırakmaya gayret ederek, onu İlahi irade ile aynı çizgiye getirerek, hangi şartta olursa olsun gerçeği bularak ve o şarta sevgiyle tepki vererek, imanınızı geliştireceksiniz: kendinize iman, ruhsal yasaya iman, evrenin birliğine iman, hayatınızda ne olursa olsun daha büyük bir anlayışa, sevgiye ve gelişmeye doğru bir atılma taşı olacağına iman ve en sonunda Tanrı'nın ışığına doğru kendi kendinizi arındırma yolculuğunda olduğunuza iman.

İman, kendi gerçeğiniz ile ilerlerken dış güçlerin hepsinin birden gelip bunun doğru olama-

yacağını söylerken, sizin onun doğru olduğunu içinizde bilmeniz demektir. Bu, kör inanç anlamına gelmez. Bu; farkındalığınızın peşinde olmanız ve sevgi ile yapabileceğinizin en iyisini yapmanız demektir, kendinizi berbat hissettiğinizde bile.

Çarmıha gerildiğinde İsa artık iman hissetmediğini kabul etti. Tanrı'ya neden onu bıraktığını sordu. Kendine karşı titizlikle dürüst oldu. O anda, imanını kaybetmişti. Bu gerçeği kendinden saklamadı ya da değiştirmeye çalışmadı. Kendini bu ikilemi dürüstçe ifade ederken sevmeye devam etti. Ve sonra, "Tanrım, ruhumu senin ellerine bırakıyorum," derken, imanını yeniden kazanmıştı.

Ruhsal yolda ilerleyen insanların iman aşamalarından geçtiğini gördüm. Önceleri sebep ve sonuç ilişkisini anlamaya çalışırlar. Olumlu inanç ve olumlu hareketin, olumlu sonuç getireceğini görürler. Rüvaları gerçekleşir. Kendilerine imanları da artar. "İşe yarıyor!" diye sevinçle ilan ederler. Ancak, bir süre sonra kendi imanlarını daha derinden test etmeye hazırdırlar. Kendilerini test etme yolundaki bu iç niyetin muhtemelen farkında değildirler çünkü bunu bilmek, testin doğasını değiştirebilir. Ne olur? Olumlu sebep ve etki bir süreliğine ortadan kaybolur. İşler kötüye gitmeye başlar. Olumlu sonuçlar azalır ve kişi kendini kötü hissetmeye başlar. Eski kötümserlik geri gelmiştir. Ruhsal yasalar nerededir? "Belki de bu, evrene Pollyannavari bir bakıştı," denir. Bunlar muhtemelen sizin de başınıza gelecektir.

Hayatınızda bu olduğu zaman, aslında bir gelişmenin işaretidir. Hem kendi hem de insan ırkının ruhsal gelişiminin bir parçası olan yaşamınızda, daha uzun vadeli sebep-sonuçlarla ilgileneceksiniz demektir. Gerçekle yaşamının ödüllü, yaşadığınız her anda kendini gösterecektir. Ruhsal güzellik için beklemenize gerek yok. Onu zaten şu anda almaktasınız. Şimdi ve burada olmak; insanoğlunun ruhsal gelişiminin yavaş sürecini ve şu anki sınırlılıklarınızı da mükemmel olarak kabul etmektir.

Zamanla Uğraşmak

İman bana her zaman zorlandığım bir şey konu-

sunda çok yardımcı oldu: Zamanla başa çıkmak. Anneme beni büyütürken en zorluk çektiği şeyin ne olduğunu sormuştum. "Ne zaman bir şey istesen, hemen ele geçirmeyi isterdin," demişti.

Bu geçen birkaç yılda sabretmeyi öğrendim, bunun benim için ne demek olduğunu nihayet anladım. İşte, sizin için de geçerli olabilecek bir düşünce. *Sabırlı olmak, İlahi plana imanın doğrudan ifadesidir.* Her şeyi olduğu gibi, bu şekilde yaratılmış olduklarını kabul etmektir. Ve ayrıca, var olan her şeyi kendi dönüşüm çabanızla değiştirebileceğinizi de kabul etmektir. *Sabırsızlık, son tahlilde, yapmak istediğinizi yapamayacağınıza inandığınızı gösterir. Kendinize ve İlahi plana olan iman eksikliğinin bir göstergesidir.* Fizik planda tezahür ettirmek istediğinizi ortaya koymak zaman alabilir. Bu gerçekliği kabul etmeme yardım eden, şu olumlama ifadesiydi: "Fizik plandaki işleri tamamlamam için geçen zamanı onurlandırarak, fizik planda olma ahdimi onurlandırmak istiyorum." Sebep ve sonuç arasındaki görünürdeki bu yavaşlığın, bu planda olmasının bir nedeni var. Anlayamadığımız sebep sonuç ilişkilerini açıkça görebilir hale gelmeliyiz. Bu ilişkiler; nihai anlamda, henüz bütünleşmemiş benliklerimizin parçaları arasındaki ilişkilerdir.

Güç

Şifa eğitimim sırasında, ellerimden geçen güçte birden bir artış oldu. Bu, bana görüldüğü kadarıyla yeni bir rehberler ekibi ile birlikte gelmişti. Enfeksiyonlu bir ayak parmağı üzerinde çalışıyordum. Ellerimi güçlü bir mavi-gümüş ışık yatacak şekilde tuttum. Ellerim ayak parmağından üç cm kadar uzaktaydı. Hasta ben bunu her yaptığında, artan enerji akışının yarattığı acı ile bağırıyordu. Ellerimi değişik hareket ettirdiğimde daha yumuşak beyaz bir enerji bulutu yaydığımı fark ettim. Bu tüm acıyı alıp götürmüştü. Rehberler beni bu ikisini sırayla kullanmaya yöneltiyorlardı. Yorulmuştum ama rehberler her on beş dakikada bir beni hasta kadınla çalışmaya yönlendiriyorlardı. Bu konuda bir tür aciliyet var gibiydi. Bu küçük şifaların etkisi güçlü oldu. Enfeksiyon yoktu, operasyona da ihtiyaç kalmamıştı. Öylesine coşmuştum ki, bir koşu gidip öğret-

menim C.'ye anlattım. "C., benden akan ne çok enerji vardı!" dedim. Onun cevabı, "Evet işte, seç bakalım; sevgi ile mi yoksa güç ile mi iyileştirmek istersin?" oldu. Bu gücün benden akmasına hazır olmadığımı hissettim. Bu güçten, "Vay, bana bakın!" tarzında çok hoşlanmışım. Rehberleri uzaklaştırdım. İki yıl sonrasına kadar onlarla çalışmadım. O zaman artık hazır hale gelmişim. Sevgi hakkında daha fazla şey öğrenmişim. Ve sonra onların beşinci düzeyden gelen, benimle çalışan cerrahlar olduklarını öğrendim.

Gerçeğe dayanan iman, İlahi irade ve sevgi; güç getirir. Güç; kişinin içinden ve içindeki İlahi kıvılcımdan kaynaklanır. İçinizdeki İlahi hayat kıvılcımının akmasına izin vermenin, onunla aynı çizgiye gelişinizin, ona bağlanışınızın sonucudur bu güç. Kişinin özünden gelir, rehberim Heyoan'ın dediği gibi Kutsalların Kutsalı'ndan. Güç sahibi olmak, bireyin özünün merkezinde olması demektir.

Güç, koşulsuz sevebilme yetisine ve uygulamasına sahip olmanızı sağlar. Bu, kendinize ihanet etmeden size gelen her şeye sevgiyle dönebilmektir. Bunu ancak öncelikle kendinizi severek ve gerçekten birlikte olarak yapabilirsiniz. Kendinize dürüst olmakla bunu başarabilirsiniz. Görüyorsunuz, eğer sahip olduğunuz olumsuz tepkileri kendinizden uzaklaştırarak inkar ederseniz, kendinizi ya da başkalarını sevemezsiniz. Eğer bunları bir şekilde kabul ederseniz; sevginin akışına yol verirsiniz. İçinizdeki sevgi yoluna kendinizi bırakın. Koşulsuz sevgi yaşamınıza lütuf getirir.

Lütuf

Gerçek, İlahi irade ve Sevgi; İman'a, o da güce yol açınca, Lütfin yaşantılarımıza girmesi için yer açar. Lütuf, İlahi Bilgelik ve büyük mutlulukla gelir. Bu, her şeydeki birliği ve ne olursa olsun, tam olarak güvende olduğumuzu deneyimlemektir. Her deneyimimizin; zevkli ve de hastalıklar ve ölüm gibi acılı deneyimler de dahil tüm deneyimlerin; Tanrı'ya giden yolda kendimiz için yarattığımız derslerden ibaret olduğunu bilmektir. Eşzamanlılık içinde yaşamaktır. Emmanuel der ki:

Lütuf,
bir alıcıya ihtiyaç duyar,
tamamlanmak için.

Tanrı'nın elleri arasındasın
ve tamamen seviliyorsun.
Ve sevgi alınabildiği zaman,
devre tamamlanır.

Kim İyileşti?

Şifacı unutmamalıdır ki, uğraştığı şey ruh varlığının iyileşmesidir. Şifacının, ölümü bu şekilde anlaması ve kişinin sadece bu enkarnasyonunu değil, kişinin bütününe tedavi etmesi çok önemlidir.

Şifacı olarak ne yapıyor olduğumuzu anlamaya çalışırken, akılda tutmamız gereken iki önemli şey var. Biri, her insanın hastalığında kendisi için derin bir anlam yatar ve ikincisi, ölüm tamamen bir yenilgi değil, hatta belki şifadır. Bunu hatırlamak için, şifacı iki dünyada birden yaşamalıdır: ruhsal ve fiziksel. Kendinde ve evrende odaklanmalıdır ki, insanlığın tümüne yayılmış derin ıstıraba sürekli tanık olma deneyiminden geçebilsin. Emmanuel'e şunu sordum: "Eğer hastalığı biz yaratıyorsak, şifacı; bizi kendimiz üstünde çalışmaktan, hastalığın kaynağı üstünde çalışmaktan uzaklaştırmaz mı?"

Emmanuel şöyle cevapladı: "Bu tamamen neden bir şifacıya gittiğine ve hangi şifacıya gittiğine bağlıdır. Bu mükemmel bir soru ve diyebilirim ki, her şifacı da bunu kendine sık sık sormalıdır. Sorumluluk nedir, dolayısıyla alınacak ve verilecek nedir, bir şeyler görüldüyse söylenmeli midir? Bu sorular böylece devam edebilir, ama yine de sizi rahat ettirecek temel bir gerçeklik vardır. Belki de başka bir şifa biçiminin var olduğunu fark etme anı geldiğinde, zaten başka bir kapı açılmış, şuur zaten fiziksel olarak tezahür etmiş, mevcut tıbbın ötesine uzanmış durumdadır. Şimdi, hiçbir şekilde tıbbın değerini azaltıyor değilim. Doktorlar harika şeyler yapıyorlar; çoğuna zaten rehberlik ediliyor ve bazıları, kapalı kapıların ardında sizlere bunu itiraf edebilirler. Bazıları ise, ister tıp mesleğinde ister herhangi bir meslekte olsun, farkında değiller ve bu nok-

tada farkında olabilecek durumda da değiller. Bu onların kötü, acımasız, hain olduğunu göstermiyor; sadece henüz bilme bölgesine yaklaşmadıkları anlamına geliyor. Onları kutsayıp yolunuza devam eder ve şuuruza daha uygun başka birini bulabilirsiniz ve siz bunu nasıl yapacağınızı biliyorsunuz artık. Ruhsal şifa bölgesine doğru geçme çağrısını duyduğunuzda (psişik şifa demiyorum, ruhsal şifa diyorum), zaten ruhsal farkındalığınız mevcuttur ve şifacı ve onunla beraber çalışmak üzere orada olan ruhlar tarafından hoş geldin, diye karşılanırsınız. Sıklıkla, umulan şey şifa bulmak değildir. Sıklıkla, özdeşleşme ve rahatsızlığın hafiflemesi söz konusudur ama mucize olmaz. Peki, bu ne anlama gelir? Bu, şuurunuzun o noktada ancak o kadar genişlediği anlamına gelir. Öğrenecek başka bir şey daha olduğu anlamına gelir; öğrenecek bir şey daha vardır. Her fizik beden bir okuldur ve her hastalık da bir ders. Kelime oyunu yaparak söyleyeyim; kendi ders kitabınızı da kendiniz yazdınız; tüm o zayıflıkları taşıyan bedenlerinizi kendiniz seçtiniz; belki size bunların büyükanneniz veya büyükbabanızda olan bir şeyin size kalıtsal olarak geçmesi olduğu söyleniyor. Fakat bunu siz seçtiniz, unutmayın. Vücudunuza, hastalığınızda da güvenmelisiniz; size ne dediğini dinlemelisiniz. Onu duymanın çeşitli yolları var ve iyi bir şifacı çok etkili olacaktır; vücudunuzun ne dediğini duyacaktır. Gerçekte onu en iyi anlayacak olan sizsiniz çünkü onu kendi lisanınızda oluşturan sizsiniz ve aslında zaten size sesleniyor. Fakat bir ruhsal şifacı, şuuru söz konusu gerçeğe hizaya girecek biçimde değişmiş bir hale sokabilir. Bu gerçeği sürdürüp sürdüremeyeceğiniz ya da tam o anda hasta bedeni iyileştirip iyileştiremeyeceğiniz, burada sayamayacağım pek çok etkene dayanmaktadır. Fakat siz, bunu yapabilecek güçtesiniz. Eğer, sizlerin dediği gibi, bir başarısızlık söz konusu ise, eğer birisi ölürse, bunu lütuf dolu bir olay diye görmek gerekir. Ruh varlığı görevini tamamlamıştır ve onu asli gerçekliğinde neşeye ve coşkuyla karşılayanlar vardır. Hem zaten, fiziksel varlığınız sonsuza dek sürsün diye tasarlanmadı. Sonsuza dek bu giysilerin içinde oturup kalmayacaksınız. Umarım, bu hoşunuza

gider. Ruhsal şifada yenilgiler yoktur, atılan adımlar vardır. Elinizi bir başkasına sevgi ile dokundurmadan korkmayın. Başkası için dua etmekten çekinmeyin. Sonuçları talep etmeyin, belirli bir ruh varlığının neye ihtiyaç duyduğunu kesin olarak bilmenin yolu yoktur. Bu, inanılmaz miktarda iman talep eder.”

Beden ve zihin, bu kitapta anlatıldığı gibi dönüşümsel süreç yoluyla gittikçe daha çok arındığı zaman, şifacıdan akan güç de giderek artar ve titreşim oranı yükselir. Güç artıkça, şifa da daha etkili olur, şifacı daha duyarlı hale gelir.

Yeni bir görüş ve güç kazandığım her defasında, bu görüş hep kendi kendime başlattığım bir sınavdan sonra gelmiştir.

Bu testlerden geçmek için, kişi kendisine karşı son derece titizlikle dürüst olmalıdır. Kendi kendimizi aldatarak aşağı benimizin niyetlerine ve eylemlerine bakmaktan kaçındığımızda bütünselliğimize ihanet eder ve böylece kendi gücümüzü azaltırız. Her test, içinde bulunduğumuz durumla, sürdürdüğümüz yaşamla ilgilidir; testlerimizi iyi düzenleriz, böylece “mezuniyet” için bir sorunuz kalmaz.

Egzersiz: Şifacı Olmaya Hazır Olup Olmadığınızı Anlamak

Ne kadar gerçekçiyim? İrademi evrensel irade ile aynı çizgide ne kadar iyi kullanabiliyorum? Gücümü nasıl kullanıyorum? Ne kadar seviyorum? Koşulsuz sevgi verebiliyor muyum? Kendilerinden bir şeyler öğrenmek için seçtiğim otoriteye saygı gösteriyor muyum? Bu kendi iç otoritemi feda etmeden yapılabilir mi? Bütünlüğüme nasıl ihanet ediyorum? Özlem duyduğum şey nedir? Yaşantımda neyi yaratmayı istiyorum? Şifacılıkta bir kadın, bir erkek, bir insan olarak sınırlarım neler? Hastalarımın bütünlüğe, kişisel gücüne, iradesine ve seçimlerine saygı duyuyor muyum? Kendimi, hastalarımın içindeki gücü uyandıran ve nihai anlamda kendilerine şifa vermelerine neden olan bir kanal olarak görüyor muyum? Birisini iyileştirirken benim kazancım ne oluyor? Ölümü bir yenilgi olarak mı görüyorum?

Egzersiz: Şifanın Yapısı Üstüne Düşünmek

Şifacı nedir?
 Şifa nedir?
 Şifanın temel amacı nedir?
 Şifa vermek nedir?
 Kim iyileştirir?
 Kim iyileşir?

Heyoan kısa bir süre önce şöyle demişti: "Şimdi, sevgili okuyucu, yukarıdaki sorular için kendine yargılamalar getirme. Hepimiz bir arınma yolunda ilerliyoruz ve sevgi bu yoldaki en büyük yardımcımız. Kendinizi reddetmeyin, bunların hiçbirini yapamam demeyin. Yapabilirsiniz ve yapacaksınız. Bu sadece kusurlarınızda şu an mükemmel olarak nerede ve kim olduğunuzu kabul etmek meselesidir. Biz, ruhsal dünyanın temsilcileri olarak size saygı duyuyor ve sizinle gurur duyuyoruz. Siz, size verilen bu hediye sadece kendiniz için değil, fiziksel olarak tezahür etmiş evren için kullanmayı seçtiniz. Sağlığa ve bütünlüğe doğru yönelen kişisel değişimlerin etrafınızdakileri de etkileyecek, sadece yakınlarınızı değil, dünya üstündeki tüm zeki varlıkları da. Siz yeryüzünün çocuklarısınız, siz ondansınız ve o da sizdendir. Unutmayın ki, bizler yakın gelecekteki gezegensel şuurluluğa daha çok yaklaştıkça, sizler ışığa giden bu büyük macerada önderler haline geleceksiniz. Hepsinden de öte, kendinizi bizim sizleri onurlandırdığımız ve sevdiğimiz gibi onurlandırmanız ve sevmenizdir. Biz, sizlerin yanındayken de İlahi olanın mevcudiyeti ile birlikteyiz. Sizler Tanrı'nın kolları arasındasınız ve sevilirsiniz. Bunu unutmayın, özgürleşecek ve yuvaya geleceksiniz."

Yaşamın bir nabız atışı gibi deneyimlendiğini görünce, genişleyecek ve coşacaksınız, barışın dinginliğine ereceksiniz ve daralacaksınız. Pek çok insan daralmayı olumsuz algılıyor. Çoğunuz bir atölye çalışması ya da kurs sırasında, sanki meleklerle çalışıyormuşçasına harikulade bir coşkuyu deneyimliyorsunuz. Fakat unutmayın; genişleyen yüksek enerji halinin doğası gereği, daha sonra daralacaksınız ve bunu ve içindeki şuurun ayrıldığını hissedeceksiniz. Katıksız güç ve ruhsal enerji yoğunluğu, durgunlaşmış ruh

özünü gevşetir ve aydınlatır. Ve tekrar hayata dönerken, bunu gerçek olarak deneyimlersiniz. Tüm acısıyla, eziyetiyle, öfkesiyle. Kendi kendinize "Aa, başladığımdan çok daha kötü durumdayım," diyebilirsiniz. Sizi temin ederim ki, durum böyle değildir. Sadece daha hassas ve duyarlısınızdır. Bu iniş çıkışları, genişleme ve daralmaları her şahsi meseleniz için birçok kez deneyimledikten sonra, bunların zamanla ortadan kaybolduklarını göreceksiniz. Aylar sonra, "Aa! Bunu bir daha yapmam," diyeceksiniz. Işığın gördüğünüz zaman olduğu gibi mutluluk gözyaşları dökceksiniz belki. Unutmayın, sabır; imanın parolasıdır.

Hatırlayalım:

1. Şifacı net ve berrak kalmak için hangi ana kişisel vasıfları geliştirmelidir?
2. Yaşam testleri ne hakkındadır?

Üstünde Düşünelim:

3. Şimdi bulunduğunuz yola sizi getiren arınma süreciniz neydi?
4. Şifacı olmaya hazır mısınız? Hangi düzeylerde?
5. Varlığınızın hangi bölgelerinde şifacı olarak gücünüzü yanlış kullanırdınız? Aşağı benliğinizin ya da gölge benliğinizin niyeti ne? Bu niyet hangi yanlış inanca dayanıyor? Bu parçanızı nasıl iyileştirebilirsiniz ve kendinizi İlahi irade ile nasıl tekrar aynı çizgiye sokarsınız?
6. "Korkularınızı Bulma Egzersizi" başlığı altındaki soruları cevaplayın.
7. "Olumsuz İnançlarınızı Bulmak Egzersizi" başlığı altındaki soruları cevaplayın.
8. "Sevgi" başlığı altındaki kendini sevmeye egzersizini yapın.
9. "Şifacı Olmaya Hazır Olup Olmadığınızı Anlamak Egzersizi" başlığı altındaki soruları cevaplayın.

BİBLİYOGRAFYA

- Allen R., "Studies into Human Energy Fields Promises Better Drug Diagnosis," *Electronic Design News*, April 1974, Cilt 17.
- Anderson, Lynn, *The Medicine Woman*. New York, Harper & Row, 1982.
- Anonymous, *Etheric Vision and What It Reveals*. Oceanside, Calif., The Rosicrucian Fellowship, 1965.
- Anonymous, *Some Unrecognized Factors in Medicine*. London, Theosophical Publishing House, 1939.
- Bagnall, O., *The Origins and Properties of the Human Aura*. New York, University Books, Inc., 1970.
- Bailey, A. A., *Esoteric Healing*. London, Lucis Press, Ltd., 1972.
- Becker, R. O., Bachman, C., and Friedman, H., "The Direct Current Control System," *New York State Journal of Medicine*, April 15, 1962.
- Beesely, R. P., *The Robe of Many Colours*. Kent, The College of Psycho-therapeutics, 1969.
- Bendit, P. D., and Bendit, L. J., *Man Incarnate*. London, Theosophical Publishing House, 1957.
- Bentov, I., *Stalking the Wild Pendulum*. New York, Bantam Books, 1977.
- Besant, A., and Leadbeater, C. W., *Thought-Forms*. Weaton, Ill., Theosophical Publishing House, 1971.
- Blavatsky, H. P., *The Secret Doctrine*. Wheaton, Ill., Theosophical Publishing House, 1888.
- Bohm, David, *The Implicate Order*. London, Routledge & Kegan Paul, 1981.
- Brennan, B., *Function of the Human Energy Field in the Dynamic Process of Health, Health and Disease*. New York, Institute for the New Age, 1980.
- Bruyere, Rosalyn, Personal Communication. Glendale, Calif. Healing Light Center, 1983.
- Bruyere, Rosalyn, *Wheels of Light*. Glendale, Calif., Healing Light Center, 1987.
- Burks, A. J., *The Aura*. Lakemont, Georgia, CSA Printers & Publishers, 1962.
- Burr, H. S., Musselman, L. K., Barton, D. S., and Kelly, N. B., "Bioelectric Correlates of Human Ovulation". *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1937, Cilt 10, s. 155-160.
- Burr, H. S., and Lane, C. T., "Electrical Characteristics of Living Systems." *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1935, Cilt 8, s. 31-35.
- Burr, H. S., "Electrometrics of Atypical Growth." *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1952, Cilt 25, s. 67-75.
- Burr, H. S., and Northrop, F. S. G., "The Electro-Dynamic Theory of Life." *Quarterly Review of Biology*, 1935, Cilt 10, s. 322-333.
- Burr, H. S., and Northrop, F. S. G., "Evidence for the Existence of an Electrodynamical Field in the Living Organisms." *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 1939, Cilt 24, s.284-288.
- Burr, H. S., *The Fields of Life: Our Links with the Universe*. New York, Ballantine Books, 1972.
- Burr, H. S., "The Meaning of Bio-Electric Potentials." *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1944, Cilt 16, s. 353-360.
- Butler, W. E., *How to Read the Aura*, New York, Samuel Weiser, Inc., 1971.
- Capra, Fritjof, *The Tao of Physics*. Berkeley, Shambhala, 1975.
- Cayce, Edgar, *Auras*. Virginia Beach, Virginia, ARE Press, 1945.
- Cohen, Dr. David, Interview with *The New York Times*, April 20, 1980.
- De La Warr, G., *Matter in the Making*. London, Vincent Stuart Ltd., 1966.
- Dobrin, R., Conaway (Brennan), B., and Pierrakos, J., "Instrumental Measurements of the Human Energy Field." New York, Institute for the New Age, 1978. Presented at "Electro '78, IEEE Annual Conference, Boston, May 23-25, 1978.
- Dobrin, R., and Conaway (Brennan) B., "New Electronic Methods for Medical Diagnosis and Treatment Using the Human Energy Field." Presented at Electro '78, IEEE Conference, Boston, May 23-25, 1978.
- Dumitrescu, I., "Electronography." Electronography Lab, Romania. Presented at Electro '78, IEEE Annual Conference, Boston, May 23-25, 1978.
- Eddington, Arthur, *The Philosophy of Physical Science*. Ann Arbor, University of Michigan Press, 1958.
- Emmanuel, Quote from a guide coming through my friend, Pat Rodegast, during a workshop we were running at the Phoenicia Pathwork Center, Phoenicia, New York, July 1983.

- "Experimental Measurements of the Human Energy Field." Energy Research Group, New York, 1973.
- "High Frequency Model for Kirlian Photography." Energy Research Group, New York, 1973.
- Gerber, J., *Communication with the Spirit World of God*. Teaneck, New Jersey, Johannes Gerber Memorial Foundation, 1979.
- Hodson, G., *Music Forms*. London, The Theosophical Publishing House, 1976.
- Hunt, Dr. Valorie, Massey, W., Weinberg, R., Bruyere, R., and Hahn, P., "Project Report, A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field, and Emotional Approaches." U.C.L.A., 1977.
- Inyushin, V. M., and Chekorov, P. R., "Biostimulation Through Laser Radiation of Bioplasma." Kazakh State University, USSR. Translated by Hill and Ghosak, University of Copenhagen, 1975.
- Inyushin, V. M., "On the Problem of Recording the Human Biofield." *Parapsychology in the USSR, Part II*, San Francisco, Calif., Washington Research Center, 1981.
- Inyushin, V. M., Seminar paper, Alma-Ata, USSR, 1969.
- Jaffe, Dr. Lionel, Interview with *The New York Times* April 20, 1980.
- Karagulla, Schafica, *Breakthrough to Creativity*. Los Angeles, De Vorss, 1967.
- Kilner, Walter J., M.D., *The Human Aura*. (retitled and new edition of *The Human Atmosphere*) New Hyde Park, New York, University Books, 1965.
- Krieger, D., *The Therapeutic Touch*. Englewood Cliffs, N.J., Prentice-Hall, 1979.
- Krippner, S., and Ruhin, D., (eds.), *The Energies of Consciousness*. New York, Gordon and Breach, 1975.
- Kunz, Dora, and Peper, Erik, "Fields and Their Clinical Implications." *The American Theosophist*, December 1982.
- Leadbeater, C. W., *The Chakras*. London, Theosophical Publishing House, 1974.
- Leadbeater, C. W., *The Science of the Sacraments*. London, Theosophical Publishing House, 1975.
- Leibnitz, Gottfried, *Monadology and Other Philosophical Essays*. trans. by Paul Schrecker and Ann Schrecker. Indianapolis, Bobbs-Merrill, 1965.
- Le Shan, L., *The Medium, the Mystic, and the Physicist*. New York, Ballantine Books, 1966.
- Lowen, A., *Physical Dynamics of Character Structure*. New York, Grune & Stratton, 1958.
- Mann, W. E., *Orgone, Reich and Eros*. New York, Simon & Schuster, 1973.
- Meek, G., *Healers and the Healing Process*. London, Theosophical Publishing House, 1977.
- Mesmer, F. A., *Mesmerism*. trans. by V. R. Myers. London, Macdonald, 1948.
- Moss, T., *Probability of the Impossible: Scientific Discoveries and Explorations in the Psychic World*. Los Angeles, J. P. Tarcher, 1974.
- Motoyama, Dr. Hiroshi, *The Functional Relationship Between Yoga Asanas and Acupuncture Meridians*. Tokyo, Japan, I.A.R.P., 1979.
- Murphy, Pat and Jim, "Murphy's Theories, The Practical and the Psychic." Healing Light Center, Glendale, Calif., 1980.
- Mylonas, Elizabeth, *A Basic Working Manual and Workbook for Helpers and Workers*. Phoenicia Pathwork Center, Phoenicia, New York, 1981.
- Niel, A., *Magic and Mystery in Tibet*. Dover, New York, 1971.
- Ostrander, S., and Schroeder, L., *Psychic Discoveries Behind the Iron Curtain*. Englewood Cliffs, N.J., Prentice-Hall, 1970.
- Pachter, Henry M., *Paracelsus: Magic Into Science*. New York, Henry Schuman, 1951.
- Pierrakos, Eva, *Guide Lectures, 1-258*. New York, Center for the Living Force, 1956-1979.
- Pierrakos, John C., *The Case of the Broken Heart*. New York, Institute for the New Age, 1975. (Monograph).
- Pierrakos, John C., *The Core Energetic Process*. New York, Institute for the New Age, 1977. (Monograph).
- Pierrakos, John C., *The Core Energetic Process in Group Therapy*. New York, Institute for the New Age, 1975. (Monograph).
- Pierrakos, John C., *The Energy Field in Man and Nature*. New York, Institute for the New Age, 1975. (Monograph).
- Pierrakos, John C., *Human Energy Systems Theory*. New York, Institute for the New Age, 1975. (Monograph).
- Pierrakos, John C., *Life Functions of the Energy Centers of Man*. New York, Institute for the New Age, 1975. (Monograph).
- Pierrakos, John C., and Brennan, B., *Personal Communication*, 1980.
- Powell, A. E., *The Astral Body*. London, Theosophical Publishing House, 1972.
- Powell, A. E., *The Causal Body*. London, Theosophical Publishing House, 1972.
- Powell, A. E., *The Etheric Double*. London, Theosophical Publishing House, 1973.
- Ravitz, L. J., "Application of the Electrodynamical Field Theory in Biology, Psychiatry, Medicine and Hypnosis, I. General Survey." *Am. Journal of Clin. Hypnosis*, 1959, Cilt 1, s. 135-150.
- Ravitz, L. J., "Bioelectric Correlates of Emotional States." *Conn. State Medical Journal*, 1952, Cilt 16, s. 499-505.

- Ravitz, L. J., "Daily Variations of Standing Potential Differences in Human Subjects" *Yale Journal of Biology and Medicine*, 1951, Cilt 24, s. 22-25.
- Ravitz, L. J., *The Use of DC Measurements in Psychiatric Neuropsychiatry*. Fall 1951, Cilt 1, s. 3-12.
- Reich, Wilhelm, *Character Analysis*. London, Vision Press, 1950.
- Reich, Wilhelm, *The Cancer Biopathy*. New York, Farrar, Straus, and Giroux, 1973.
- Reich, Wilhelm, *The Discovery of the Orgone, Cilt I, The Function of the Orgasm*. trans. by Theodore P. Wolfe, New York, Orgone Institute Press, 1942. 2nd ed., New York, Farrar, Straus, and Giroux, 1961.
- Reich, Wilhelm, *The Discovery of the Orgone, Cilt II, The Cancer Biopathy*. trans. by Theodore P. Wolfe, New York, Orgone Institute Press, 1948.
- Roberts, J., *The Nature of Personal Reality*. New York, Bantam, 1974.
- Rodegast, Pat, and Stanton, Judith, "Emmanuel's Book," *Some Friends of Emmanuel*, New York, 1985.
- Rongliang, Dr. Zheng, "Scientific Research of Qigong," Lanzhou University, People's Republic of China, 1982.
- Sarfatti, J., "Reply to Bohm-Hiley," *Psychoenergetic Systems*. London, Gordon & Breach, Cilt 2, 1976, s. 1-8.
- Schwarz, Jack, *The Human Energy Systems*. New York, Dutton, 1980.
- Schwarz, Jack, *Voluntary Controls*. New York, Dutton, 1978.
- Steiner, Rudolf, *The Philosophy of Spiritual Activity*. Blauvelt, New York, Steiner Books, 1980.
- Surgue, T., *There is a River. The Story of Edgar Cayce*. Virginia Beach, Virginia, ARE Press, 1957.
- Tansely, D. V., *Radionics and the Subtle Anatomy of Man*. Devon, England, Health Science Press, 1972.
- Tansely, D. V., *Radionics Interface with the Ether-Fields*. Devon, England, Health Science Press, 1975.
- Targ, Russell, and Harary, Keith, *The Mind Race*. New York, Ballantine, 1984.
- Vithoulkas, G., *Homeopathy, Medicine of the New Man*. New York, Avon Books, 1971.
- Vladimirov, Y. A., *Ultraweak Luminescence Accompanying Biochemical Reactions*. USSR Academy of Biological Sciences, Izdatelstvo "Nauka," Moscow.
- Von Reichenbach, C., *Physico-physiological Researches on the Dynamics of Magnetism, Electricity, Heat, Light, Crystallization, and Chemism, In Their Relation to Vital Force*. New York, Clinton-Hall, 1851.
- Westlake, A., *The Pattern of Health*. Berkeley, Shambhala, 1973.
- White, John, and Krippner, S., *Future Science*. New York, Anchor Books, 1977.
- White, John, *Kundalini, Evolution and Enlightenment*. New York, Anchor Books, 1979.
- Wilhelm, Richard., *The Secret of the Golden Flower*. New York, Harcourt, Brace & World, Inc., 1962.
- Williamson, Dr. Samuel, *Personal Communication*. New York, 1982.
- Zukav, Gary, *The Dancing Wu Li Masters*. New York, William Morrow & Co., 1979.